

فيروس كورونا المستجد 2019 (COVID-19)

أبلغت الهيئات الصحية في مدينة ووهان، في الصين، يوم 31 ديسمبر 2019، عن حالات التهاب رئوي فيروسي غير مُشخص. وقد تم تأكيد السبب أنه فيروس كورونا المستجد، الذي يُعرف باسم (فيروس كورونا المستجد 2019) أو (COVID-19)، والذي لم يتم اكتشاف إصابات به بين البشر من قبل.

ما هو فيروس كورونا المستجد 2019 (COVID-19)؟

فيروسات كورونا هي فصيلة فيروسات واسعة الانتشار، يُمكنها أن تُسبب أمراضاً تتراوح من نزلات البرد الشائعة إلى التهابات الجهاز التنفسي الأشد حدة؛ مثل التهاب الشعب الهوائية، أو الالتهاب الرئوي، أو متلازمة التنفس الحاد الوخيم (سارس).

يُسبب فيروس كورونا المستجد 2019 (COVID-19) عدوى تنفسية نشأت في مقاطعة خوبي (مدينة ووهان)، بالصين.

تم تشخيص أول حالة مفترض إصابتها بهذه العدوى في أونتاريو يوم 25 يناير 2020.

للتعرف على المزيد بشأن فيروس كورونا المستجد 2019، يُرجى زيارة Ontario.ca/coronavirus.

ما هي الأعراض؟

تتراوح الأعراض ما بين خفيفة؛ مثل الانفلونزا، والتهابات الجهاز التنفسي الشائعة؛ وشديدة، والتي تشمل:

- الحمى
- السعال
- صعوبة في التنفس

قد تشمل مضاعفات فيروس كورونا المستجد لعام 2019 حالات أشد وطأة؛ مثل الالتهاب الرئوي، أو الفشل الكلوي، وفي بعض الحالات، تؤدي إلى الوفاة.

إذا كانت الأعراض التي تظهر عليك أسوأ من نزلات البرد الشائعة (على سبيل المثال الحمى، والسعال، وصعوبة التنفس)، وإذا كنت قد سافرت إلى إحدى المناطق المتفشى فيها الفيروس¹ خلال 14 يوماً من ظهور الأعراض، فاتصل بـ Ontario Telehealth على الرقم 1-866-797-0000، أو تواصل مع وحدة الصحة العامة المحلية التابع لها من

¹ يُرجى الرجوع إلى Ontario.ca/coronavirus لمعرفة المناطق المتأثرة الحالية.

خلال (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). تأكد من ذكر الأعراض، وتاريخ سفرك، بما في ذلك البلدان التي زرتها.

إذا عُدت من إحدى المناطق المتفشى فيها الفيروس، فقد يستلزم الأمر عزلك لمدة 14 يومًا. قد تكون تعرّضت لفيروس كورونا المستجد 2019 أثناء سفرياتك ومكوّنك في المنزل وقد يساعدك التواصل المحدود مع الآخرين على الحد من انتشار الفيروس، يُرجى التواصل مع الوحدة الصحية العامة المحلية لديك (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) لطلب الاستشارة.

يُرجى الرجوع إلى Ontario.ca/coronavirus لمعرفة المناطق الحالية المتفشى فيها الفيروس.

إذا كنت بحاجة إلى رعاية طبية فورية، فعليك الاتصال بالرقم 911، وذكر تاريخ السفر والأعراض.

كيف ينتشر الفيروس؟

تنتشر فيروسات كورونا بشكل أساسي من شخص لآخر؛ عن طريق الاتصال الوثيق، كأن ينتقل بين الأشخاص الذين يعيشون في بيت واحد، أو مكان العمل، أو مركز الرعاية الصحية.

كيف يمكنني الوقاية من الإصابة بفيروس كورونا المستجد 2019؟

لا يوجد أي لقاح متوفر للوقاية من فيروس كورونا المستجد 2019.

توجد إجراءات يومية يمكن أن تساعد في منع انتشار الجراثيم التي تسبب أمراض الجهاز التنفسي. اتخذ هذه الخطوات اليومية؛ للحد من التعرض للفيروس، وحماية صحتك:

- غسل اليدين بالماء والصابون أو مطهر يدين مصنوع من الكحول
- العطس والسعال في كم ملابسك
- تجنب لمس عينيك أو أنفك أو فمك
- تجنب الاتصال بالأشخاص المصابين
- البقاء في المنزل إذا كنت مصابًا

إذا كنت مسافرًا إلى منطقة ظهر فيها حالات من فيروس كورونا، فاحرص على تجنب:

- المناطق شديدة الخطورة؛ مثل المزارع وأسواق الحيوانات الحية، والمناطق التي قد يتم ذبح الحيوانات بها
- الاتصال بالحيوانات (حية أو ميتة)، بما في ذلك الخنازير والدجاج والبط والطيور البرية
- الأسطح الملوثة بفضلات الحيوانات أو إفرازاتها

هل يمكنني الحصول على علاج لفيروس كورونا المستجد 2019؟

لا يوجد علاج محدد لفيروس كورونا، كما أنه لا يوجد لقاح للوقاية من فيروس كورونا. سوف يتعافى معظم الأشخاص المصابين بأمراض فيروس كورونا البشري الشائعة من تلقاء أنفسهم.

يجب عليك:

- شرب الكثير من السوائل
- الحصول على الراحة والنوم قدر الإمكان
- استعمال مرطب، أو أخذ حمام ساخن؛ للتخلص من التهاب الحلق أو السعال

ماذا إذا شعرت بالتعب أثناء السفر، أو بعد العودة؟

إذا مرضت أثناء سفرك أو بعد عودتك، فتجنب الاتصال بالآخرين، واتصل بـ Ontario Telehealth على الرقم 1-866-797-0000، أو تواصل مع وحدة الصحة العامة المحلية التابع لها من خلال health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx. وأبلغهم عن:

- الأعراض
- وجهة سفرك أو الإقامة
- إذا كان لديك اتصال مباشر مع الحيوانات (على سبيل المثال، زرت سوق للحيوانات الحية)، أو على اتصال وثيق مع شخص مريض

إذا شعرت بالمرض أثناء رحلتك إلى كندا، أو عند الوصول، فأبلغ مضيف الطائرة، أو موظف خدمات الحدود الكندي.

التعرف على نصائح السفر المتعلقة بـ فيروس كورونا المستجد 2019 من خلال travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china.

ماذا علي أن أفعل إذا اعتقدت أنني مصاب بالفيروس؟

إذا ظهرت عليك أعراض فيروس كورونا المستجد 2019، فاتصل بـ Ontario Telehealth للحصول على الاستشارة الطبية على الرقم 1-866-797-0000، أو تواصل مع وحدة الصحة العامة المحلية التابع لها health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx.

تأكد من ذكر الأعراض، وتاريخ سفرك، بما في ذلك البلدان التي زرتها.

إذا كنت بحاجة إلى رعاية طبية فورية، فاتصل على الرقم 911، واذكر تاريخ السفر والأعراض.

স্বাস্থ্য মন্ত্রণালয়

2019 এর নোভেল করোনাভাইরাস (COVID-19)

31শে ডিসেম্বর, 2019 তারিখে, চীন এর উহান শহরে স্বাস্থ্য কর্তৃপক্ষের দ্বারা একটি নির্ণয় না করা ভাইরাল নিউমোনিয়ার ঘটনা জানানো হয়েছিল। কারণটি একটি নতুন করোনাভাইরাস হিসেবে নিশ্চিত হয়েছিল, যা 2019 সালের নোভেল করোনাভাইরাস বা COVID-19 নামে পরিচিত, যা মানুষের মধ্যে আগে চিহ্নিত হয়নি।

2019 নোভেল করোনাভাইরাস কি (COVID-19)?

করোনাভাইরাসগুলি ভাইরাসের একটি বৃহৎ পরিবার যা সাধারণ সর্দি থেকে আরম্ভ করে ব্রঙ্কাইটিস, নিউমোনিয়া বা গুরুতর তীব্র শ্বসন সিন্ড্রোম (SARS) এর মতো শ্বাসকষ্টের আরও গুরুতর সংক্রমণ ঘটাতে পারে।

2019 নোভেল করোনাভাইরাস (COVID-19) শ্বাসপ্রশ্বাসের সংক্রমণ ঘটায় যা চীনের হুবেই প্রদেশে (উহান) থেকে প্রকট হয়েছিল।

অন্টারিওতে এই সংক্রমণের প্রথম আনুমানিক ঘটনা জানুয়ারী 25, 2020 তারিখে চিহ্নিত হয়েছিল।

2019 নোভেল করোনাভাইরাসের সম্পর্কে আরও জানতে, [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus) এ যান

এর লক্ষণগুলো কি?

লক্ষণগুলি হালকা থেকে শুরু হয় – যেমন ঠাণ্ডা লাগা এবং অন্যান্য সাধারণ শ্বাসযন্ত্রের সংক্রমণ – থেকে মারাত্মক স্থিতি পর্যন্ত যেতে পারে, এবং এর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে:

- জ্বর
- কাশি
- নিশ্বাস প্রশ্বাসের কষ্ট

2019 নোভেল করোনাভাইরাস থেকে ঘটা জটিলতায় নিউমোনিয়া বা কিডনির ব্যর্থতার মতো গুরুতর পরিস্থিতি এবং কিছু ক্ষেত্রে মৃত্যু হতে পারে।

যদি আপনার লক্ষণগুলি একটি সাধারণ ঠাণ্ডা লাগার থেকে বেশি খারাপ মনে হয় (উদাহরণস্বরূপ, জ্বর, কাশি, নিশ্বাস প্রশ্বাসে কষ্ট) এবং আপনি প্রভাবিত এলাকায় ভ্রমণ করে থাকেন¹ লক্ষণ দেখা দেওয়ার 14 দিনের মধ্যে, তাহলে কল করুন টেলিহেলথ অন্টারিওতে 1-866-797-0000 নম্বরে বা যোগাযোগ করুন আপনার স্থানীয় সাধারণ স্বাস্থ্য ইউনিটের সঙ্গে

health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)। আপনি যে দেশগুলি পরিদর্শন করেছেন সেগুলি সহ আপনার লক্ষণগুলি এবং আপনার ভ্রমণের ইতিহাস নিশ্চিত রূপে উল্লেখ করবেন।

আপনি যদি কোনও প্রভাবিত অঞ্চল থেকে ফিরে আসেন তবে আপনাকে 14 দিনের জন্য স্ব-বিচ্ছিন্ন বা সেলফ-আইসোলেট হতে হবে। আপনার ভ্রমণের সময় আপনি 2019 নোভেল করোনাভাইরাসের সংস্পর্শে এসে থাকতে পারেন এবং বাড়িতে থাকা ও অন্যান্যদের সাথে যোগাযোগ সীমাবদ্ধ করায় অতিরিক্ত বিস্তার রোধ করতে সহায়তা করতে পারে। পরামর্শের জন্য দয়া করে আপনার স্থানীয় জনস্বাস্থ্য

ইউনিট health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) এর সাথে যোগাযোগ করুন।

আপনার যদি অবিলম্বে চিকিৎসা গত যত্নের প্রয়োজন হয় তবে আপনাকে 911 নম্বরে কল করা উচিত এবং আপনার ভ্রমণের ইতিহাস এবং লক্ষণগুলি উল্লেখ করা উচিত।

ভাইরাসটি কিভাবে ছড়ায়?

করোনাভাইরাসগুলি প্রধানত ব্যক্তি থেকে ব্যক্তির নিকটবর্তী যোগাযোগের মাধ্যমে ছড়িয়ে থাকে, উদাহরণস্বরূপ, কোনও পরিবার, কর্মক্ষেত্র বা স্বাস্থ্য সেবা কেন্দ্র থেকে।

আমি কিভাবে 2019 নোভেল করোনাভাইরাস থেকে নিজেকে রক্ষা করতে পারি?

2019 নোভেল করোনাভাইরাস থেকে রক্ষা পাওয়ার জন্য কোনও ভ্যাকসিন বা টীকা উপলভ্য নেই।

¹বর্তমানে প্রভাবিত অঞ্চলের জন্য অনুগ্রহ করে Ontario.ca/coronavirus দেখুন।

নিত্য দিনের ক্রিয়া রয়েছে যা এমন জীবাণুগুলির বিস্তার রোধ করতে সহায়তা করে যা শ্বাস কষ্ট জনিত অসুস্থতা সৃষ্টি করে। ভাইরাসের সংস্পর্শ হ্রাস করতে এবং আপনার স্বাস্থ্য সুরক্ষিত রাখতে এই প্রতিদিনের পদক্ষেপগুলি গ্রহণ করুন:

- আপনার হাত প্রায় সাবান এবং জল অথবা অ্যালকোহল ভিত্তিক হ্যান্ড স্যানিটাইজারের মাধ্যমে পরিষ্কার করুন
- হাঁচি এবং কাশি আপনার হাতায় মুখ দিয়ে করুন
- আপনার চোখ, নাক বা মুখ স্পর্শ করবেন না
- যারা অসুস্থ তাদের সাথে যোগাযোগ এড়ান
- আপনি অসুস্থ হলে বাড়িতে থাকুন

যদি আপনি এমন কোনও অঞ্চলে ভ্রমণ করেন যা করোনা ভাইরাসের ঘটনার জন্য পরিচিত, তবে এগুলি এড়ানোর বিষয়ে নিশ্চিত হন:

- উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ অঞ্চল যেমন খামার, জীবিত পশুর বাজার এবং এমন অঞ্চল যেখানে প্রাণী জবাই করা যেতে পারে
- শূকর, মুরগী, হাঁস এবং বন্য পাখি সহ প্রাণীদের (জীবিত বা মৃত) সাথে যোগাযোগ
- পশুর আবর্জনা বা নিঃসরণ যুক্ত পৃষ্ঠগুলি

আমি কি 2019 নোভেল করোনাভাইরাসের চিকিৎসা পেতে পারি?

করোনাভাইরাসের জন্য কোনও নির্দিষ্ট চিকিৎসা কিংবা কোনও টীকা নেই যা করোনাভাইরাস থেকে রক্ষা করে। সাধারণ মানুষের করোনাভাইরাসজনিত অসুস্থতায় আক্রান্ত বেশির ভাগ ব্যক্তির নিজের থেকেই সেরে উঠবেন।

আপনাকে যা করা উচিত:

- অনেক জল বা তরল পান করা
 - বিশ্রাম নিন এবং যতটা সম্ভব ঘুমান
 - গলা ব্যথা বা কাশি থেকে সহায়তা করতে হিউমিডিফায়ার ব্যবহার করুন বা গরম জলে স্নান করুন
-

ভ্রমণ করার সময় বা ফিরে আসার পরে যদি আমি অসুস্থ হয়ে পড়ি?

আপনি যদি ভ্রমণের সময় বা ফিরে আসার পরে অসুস্থ হয়ে পড়েন তবে অন্যের সাথে যোগাযোগ এড়ান এবং টেলিহেলথ অন্টারিওকে 1-866-797-0000 নম্বরে কল করুন বা আপনার স্থানীয় জনস্বাস্থ্য

ইউনিট health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) এর সাথে যোগাযোগ করুন। তাদের জানান:

- আপনার লক্ষণগুলি
- আপনি কোথায় ভ্রমণ করেছেন বা ছিলেন
- আপনার যদি পশুদের সাথে (উদাহরণ স্বরূপ, একটি পশু বাজারে দর্শন করা) সরাসরি বা অসুস্থ ব্যক্তির সাথে ঘনিষ্ঠ যোগাযোগ ঘটে থাকে

আপনি যদি কানাডার ফ্লাইটে থাকাকালীন বা আগমনের সময় অসুস্থ বোধ করেন তবে ফ্লাইট অ্যাটেন্ডেন্ট বা কানাডার সীমান্ত পরিষেবা আধিকারিককে জানান।

2019 নোভেল করোনাভাইরাস সম্পর্কিত ভ্রমণের পরামর্শ সম্পর্কে জানতে দেখুন

travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china

আমার যদি মনে হয় যে আমার ভাইরাসটি রয়েছে তবে আমাকে কি করা উচিত?

আপনার শরীরে যদি 2019 নোভেল করোনাভাইরাসের লক্ষণগুলি দেখা দেয় তবে 1-866-797-0000 নম্বরে চিকিৎসার পরামর্শের জন্য টেলিহেলথ অন্টারিওতে কল করুন বা আপনার স্থানীয় জনস্বাস্থ্য ইউনিটে যোগাযোগ করুন

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)।

আপনি যে দেশগুলি পরিদর্শন করেছেন সেগুলি সহ আপনার লক্ষণগুলি এবং আপনার ভ্রমণের ইতিহাস নিশ্চিত রূপে উল্লেখ করবেন।

আপনার যদি তাৎক্ষণিক চিকিৎসার প্রয়োজন হয় তবে, 911 নম্বরে কল করুন এবং আপনার ভ্রমণের ইতিহাস ও লক্ষণগুলি উল্লেখ করুন।

Wegimaawaad owi Mina Bimaadiziwin

2019 novel coronavirus (COVID-19)

Manido Giizisoons 31, 2019, aakoziwin inaapinewin owi agaa waawinjigaadesinag gichiwaakigwe e-agigokaad, agii dibaajimowog mino bimaadiziwin nyaagdowendamajig odi Wuhan, China. Owi gagaanji zhiwebak agii gagwekwenjigaade shkiwii coronavirus, ezhi gikenjigaadeg aawang 2019 novel coronavirus maage COVID-19, gaawii agaa aazhigo waamjigaadesinag gewe bemaadizijig.

Wegnesh owi 2019 novel coronavirus (COVID-19)?

Coronaviruses aawinon gichi wijiindiwinan aakoziwi-manijoozhensag age zhiwebak aakoziwinan onji agigokaawin apiinish woshme neniizaanag ozosodamwaapinewin dibishko gonaa dewipane, gichiwaakigwe e-agigokaad maage znagizi ozosodamwaapinewin (SARS).

Owi 2019 novel coronavirus (COVID-19) miigwemigad owi ozosodamwaam iniwisewin agaa abi njibaamigag odi Hubei kiinsing (Wuhan), China.

Owi ntam aakoziwin agaa nenjigaadeg maanda iniwisewin maampii Ontario agii waawinjigaade Manidoo Giizis 25, 2020.

Woshme awii gikendaman owi 2019 novel coronavirus, gnowaabmdan
[Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus).

Wegnesh newen inamjiwinan?

Inamjiwinan enigokwaag onji dibasaag – dibishko gonaa gichi-agigokaa miinwaa aanin gagweji ozosodam iniwisewin – apiinish neniizaanag, miinwaa adaa digosinon:

- gizhiza
 - ososodam
-

- znagag nesewin

Maanzhiwebak owi onji 2019 novel coronavirus gnimaa adaa digosinon neniizaanag inamjiwinan, dibishko gonaa gichi waakigwe e-agigokaad maage odedikosiwa boonitaamigag, miinwaa age aangodinang, nibowin.

Gishpin inamjiwinan woshme zhayaamigag owi agigokaawin (dibishko gonaa, gizhiza, ososodam, znagag nesewin) **miinwaa** agii bibaazhaawin odi aakoziwin temgag¹ biinji 14 giizhigadon agii maajitaamigag inamjiwinan, giigidan Telehealth Ontario at 1-866-797-0000 maage giigidan odi mina bimaadiziwin nyaagodwendamajig

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

Gagwekwendan awii dibaajimowin gdo inamjiwinan miinwaa agaa babaazhaawin, miinwaa dibaatan newen kiin agii nibwaachewin.

Giishpin abi biskaabiiwin onji owi aakoziwin temgag, gnimaa aabdeg gdaa gabaakodis 14 giizhigadon minik. Gnimaa gda agii iniwe idiz owi 2019 novel coronavirus epiichi bibaayaawin miidash bekaa yaawin endaawin miinwaa niibana bwaa waabmadwaa bemaadizijig ada naadmaagemgad awii nigaasijigaadeg woshme awii swebideg aakoziwin. Aga bigosenmigo awii ginondwaa gdo mina bimaadiziwin nyaagdowendamajig

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) owi onji giikmigewin.

Giishpin wewiib dowendaman mashkikii naagdowenjigewin gdaa giigid 911 miinwaa dibaatan agaa bibaa zhaawin minwaa gdo inamjiwinan.

Aaniish ezhi swebideg owi aakoziwi-manijoozhensag?

Coronaviruses swebidenon memdage gwa bezhig bemaadizid miinwaa bekaanizid bemaadizid beshaa yaang, dibishko gonaa, endaang, enji nakiing maage mina bimaadiziwin gamig.

¹ Gnowaabmdan Ontario.ca/coronavirus megwaa kiing medookdaagaadeg.

Aaniish agezhi gnowendiziyaan awii bwaa debinamaa 2019 novel coronavirus?

Gaawii gego ashowizo-mashkiki awii waankiiwendaagozing owi awii bwaa debinigaadeg owi 2019 novel coronavirus.

Temgadon ensa giizhigag age zhichigengiba age naadmaagemigag awii bwaa swebideg maji-manijooshensag gaa-onjibaamigag ozosodam aakoziwin. Nikaazan ninda ensa giizhigag awii naazhisemigag iniwe idiziwin owi aakoziwi-manijoozhensag miinwaa waankiimigag gdo mina bimaadiziwin:

- gaziibiigninjiin miniwe aapii nikaaziin gaziibiiginigan miinwaa nibiish maage ishkodewaabo digosing gaziibiiginjiin
- jaachaaman miinwaa osasadan gdo inagayaan anik
- gajiton awii bwaa daanginaman gshkiizhigwon, gajaansh maage gdoon.
- gegwa wiii-ake bemaadizijig ayaakozijig
- bekaa endaawin yaan giishpin aakoziin

Giishpin bibaa zhaawin ngoji gekendaagwog temgag coronavirus aakoziwin, gagwekwendan awii bwaa zhaawin odi:

- gechi niizaanendaagwog yaawong dibisko gonaa gitigaanan, bemaadizijig wesiinwig enji daaweng miinwaa zhiwe wesiinwig nisaagaaziwaad
- wiji yaawin wesiinwig bemaadizijig maage nebojig), e'dagoshinajig gokooshag, baakaakwenwig, zhiizhiibenwig miinwaa bigoji bineshiinig
- desaagin temgag wesiin mowin maage zaakamowin

Ndaa debnaan ana naandowechigewin owi 2019 novel coronavirus?

Gaawii gego mayaa naandowechigewinan owi coronaviruses, miinwaa gaawii gego ashowizo-mashkiki awii waankiiwin awii bwaa debinaman coronaviruses. Mawaach agwa kina bemaadizijig eyaamijig bemaadizid coronavirus aakoziwin njike ada mina yaawog.

Maanda gdaa zhichige:

- niibna aga minikwe
- nwebin miinwaa nibaan epiichi minik agwa gezhi gshkitowin
- gajitoon ishkigamizigan maage gezhaagmideg giziibiigizhen awii naamaagemgag gaagijji gwandaagwan maage osasdamiwin

Aaniish giishpin aakozii shayaa-aan bebaa piichi bibaa yaa-aan maage apii ne-aab digoshishinaa?

Giishpin maajii aakoziiwin epiichi bibaa yaawin maage shkwaa biskaabiiwin, gegwa beshaa zhaake aanin bkaan bemaadizijig miinwaa giigidan Telehealth Ontario odi 1-866-797-0000 maage giigidan gdo mina bimaadiziwin nyaagodwendamajig (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Wiindamo:

- gdo inamjiwinan
- agaa bibaa zhaawin maage agaa daawin
- giishpin gagwek agii yaawin wesiinig (dibishko gonaa, agii zhaawin bemaadizijig wesiinwig endanadaanding) maage beshaa agii yaawin ayaakozid bemaadizid.

Giishpin aakozii zhayaawin epiichi bimaashiyin odi Gaanada maage apii bigamaazhiyin, wiindamo owa epiichi bimaashing nyaagdowenjiged maage owi Gaanada agokiwaajiganeyaabid.

Nda gikendan bibaayaang wiindamaagewinan waajii-emigag owi 2019 novel coronavirus odi travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china.

Aaniish age zhichige-aan giishpin nendamaa yaamaa aakoziwi-manijoozhensag?

Giishpin maajitaamigag inamjiwiwan owi 2019 novel coronavirus, giigidan Telehealth Ontario odi 1-866-797-0000 maage giigidan gdo mina bimaadiziwin

nyaagodwendamajig

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

Gagwekwendan awii wiindamodwaa gdo inamjiwinan miinwaa agaa bibaa zhaawin, e'dagosin newen kiin agii nibwaachewin.

Giishpin wewiib dowendaman mashkikii naagdowenjigewin gdaa giigid 911 miinwaa dibaatan agaa bibaa zhaawin minwaa gdo inamjiwinan.

ویروس کرونای جدید 2019 (COVID-19)

روز 31 دسامبر 2019، مواردی از ذات الریه تشخیص داده نشده از سوی مقامات بهداشت در ووهان چین گزارش شد. ویروس کرونای جدید به عنوان ویروس کرونای جدید 2019 یا COVID-19 و علت بیماری مزبور تایید شد، که قبلاً در انسان شناسایی نشده بود.

ویروس کرونای جدید 2019 (COVID-19) چیست؟

ویروسهای کرونا، خانواده بزرگی از ویروسها هستند که می توانند باعث بروز بیماریهایی از سرماخوردگی معمول تا عفونت های جدی تر تنفسی مانند برونشیت، ذات الریه یا سندروم حاد تنفسی شدید (SARS) شوند.

کرونای جدید 2019 (COVID-19) باعث یک عفونت تنفسی می شود که منشأ آن استان هوپی (ووهان) در چین است.

نخستین مورد احتمالی این عفونت در اُنتاریو، در تاریخ 25 ژانویه 2020 شناسایی شد.

برای اطلاعات بیشتر درباره ویروس کرونای جدید 2019 وبسایت Ontario.ca/coronavirus را ببینید.

علائم آن چیست؟

محدوده علائم این بیماری، موارد ملایم، مانند آنفلوآنزا و سایر عفونت های تنفسی معمول، تا شدید است و می تواند موارد زیر را شامل شود:

- تب
- سرفه
- تنفس سخت

عوارض ناشی از ویروس کرونای جدید 2019 می تواند شامل شرایط سخت، مانند ذات الریه یا از کار افتادن کلیه، و در برخی موارد، مرگ باشد.

اگر علائم شما بدتر از یک سرما خوردگی معمول است (مثلاً تب، سرفه، تنفس سخت) و شما¹ در 14 روز نخست پس از آغاز علائم به یک منطقه مبتلا شده سفر کرده اید، با Telehealth اُنتاریو با شماره 1-866-797-0000 و یا با واحد سلامت عمومی محل خود (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) تماس بگیرید. حتماً علائم و سابقه سفر خود، از جمله کشورهایی را که به آنها سفر کرده اید، ذکر کنید.

¹ برای اطلاع از مناطق مبتلا شده کنونی، به وبسایت Ontario.ca/coronavirus مراجعه کنید.

اگر از یک ناحیه دارای این عفونت برمی گردید، ممکن است لازم باشد خود را به مدت 14 روز ایزوله کنید. شما ممکن است در طول سفرهای خود در معرض ویروس کرونای جدید 2019 قرار گرفته باشید و ماندن در خانه و محدود کردن تماس با دیگران می تواند به جلوگیری از انتشار بیشتر آن کمک کند. لطفاً با واحد سلامت عمومی محل سکونت خود تماس بگیرید (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) تا راهنمایی دریافت کنید.

اگر به کمک پزشکی فوری نیاز دارید، باید با 911 تماس گرفته و اطلاعات سفر و علائم خود را ارائه کنید.

ویروس چگونه پخش می شود؟

ویروسهای کرونا عمدتاً از شخص به شخص از طریق تماس نزدیک، برای مثال در خانه، محل کار یا مرکز مراقبت سلامت پخش می شوند.

چگونه می توانم از خودم در برابر ویروس کرونای جدید 2019 محافظت کنم؟

برای محافظت در برابر ویروس کرونای جدید 2019، واکسنی وجود ندارد.

اقدامات روزانه ای وجود دارند که می توانند از پخش جرم هایی که باعث بیماریهای تنفسی می شوند جلوگیری کنند. این اقدامات روزانه را انجام دهید تا میزان قرارگیری در معرض ویروس را کاهش دهید و از سلامت خود محافظت کنید:

- دست های خود را مرتب با آب و صابون یا تمیزکننده های الکلی بشویید
- روی آستین خود عطسه یا سرفه کنید
- از لمس چشم ها، بینی یا دهان خود پرهیز کنید
- از تماس با افرادی که بیمار هستند پرهیز کنید
- اگر بیمار هستید در خانه بمانید

اگر به منطقه ای که موارد ویروس کرونا در آن شناسایی شده است سفر می کنید، حتماً از موارد زیر پرهیز کنید:

- رفتن به مناطق دارای خطر بالا مانند مزارع، بازارهای دام زنده و جاهایی که در آنها حیوانات ذبح می شوند
- تماس با حیوانات (زنده یا مرده)، از جمله خوک ها، مرغ ها، اردک ها و پرندگان وحشی
- سطوح دارای قطرات یا ترشحات حیوانی

آیا می توانم برای ویروس کرونای جدید 2019 درمان دریافت کنم؟

هیچ درمان مشخصی برای ویروسهای کرونا وجود ندارد، و واکسنی که در برابر ویروسهای کرونا محافظت کند وجود ندارد. بیشتر افراد مبتلا به بیماریهای ویروس کرونای انسانی معمول، خودشان خوب می شوند.

شما باید:

- مایعات زیاد بنوشید
- تا حد امکان استراحت کنید و بخوابید
- برای درمان گلو درد یا سرفه، از یک دستگاه مرطوب کننده یا دوش آبگرم استفاده کنید

اگر هنگام سفر یا پس از بازگشت، احساس بیماری کنم، چه کار باید انجام دهم؟

اگر در هنگام سفر یا بازگشت از سفر بیمار شوید، از تماس با دیگران پرهیز کنید و با Telehealth اُنتاریو با شماره 1-866-797-0000 یا واحد سلامت عمومی محل خود (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) تماس بگیرید. اطلاعات زیر را به آنها ارائه کنید:

- علائم تان
- جایی که سفر کرده اید یا زندگی می کنید
- اگر با حیوانات تماس مستقیم داشته اید (مثلاً به بازار دام زنده رفته اید) یا با یک فرد بیمار تماس نزدیک داشته اید

اگر در طول پرواز به کانادا یا در ه

نگام رسیدن، بیماری احساس کنید، به خدمه پرواز یا یک افسر خدمات مرزی کانادا اطلاع دهید.

برای کسب اطلاعات درباره مراکز مشاوره مربوط به ویروس کرونای جدید 2019 به این وبسایت مراجعه کنید travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china

اگر احتمال بدهم دارای ویروس هستم، چه کار باید انجام دهم؟

اگر علائم ویروس کرونای جدید 2019 را داشته باشید، برای دریافت مشاوره پزشکی با Telehealth اُنتاریو با شماره 1-866-797-0000 یا واحد سلامت عمومی محل خود (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) تماس بگیرید.

حتماً علائم و سابقه سفر خود، از جمله کشورهایی را که به آنها سفر کرده اید، ذکر کنید.

اگر به کمک پزشکی فوری نیاز دارید، با 911 تماس گرفته و اطلاعات سفر و علائم خود را ارائه کنید.

Ministère de la Santé

Nouveau coronavirus 2019 (COVID-19)

Le 31 décembre 2019, des cas d'une pneumonie virale non diagnostiquée ont été signalés par les autorités de la santé de Wuhan en Chine. On a confirmé qu'il s'agissait d'un cas de nouveau coronavirus, connu sous le nom de nouveau coronavirus 2019 ou COVID-19, qui n'avait pas encore été détecté chez des humains jusqu'ici.

Qu'est-ce que le nouveau coronavirus 2019 (COVID-19)?

Les coronavirus forment une grande famille de virus pouvant causer des maladies allant du rhume à des infections respiratoires plus graves comme la bronchite, la pneumonie ou le syndrome respiratoire aigu sévère (SRAS).

Le nouveau coronavirus 2019 (COVID-19) est une infection respiratoire qui tire son origine de la province du Hubei (Wuhan), en Chine.

Le premier cas présumé de cette infection en Ontario a été recensé le 25 janvier 2020.

Pour en savoir plus sur le nouveau coronavirus 2019, visitez le site [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus).

Quels sont les symptômes?

Les symptômes vont de bénins – comme la grippe et d'autres infections respiratoires courantes – à grave et peuvent inclure les suivants :

- Fièvre
 - Toux
 - Difficulté à respirer
-

Les complications découlant du nouveau coronavirus 2019 peuvent inclure de graves problèmes de santé comme une pneumonie ou une insuffisance rénale et, dans certains cas, la mort.

Si vos symptômes semblent pires que ceux d'un rhume (par exemple, fièvre, toux, difficulté à respirer) **et** que vous avez voyagé dans une région touchée¹ dans les 14 jours précédant l'apparition des symptômes, téléphonez à Télésanté Ontario au 1 866 797-0000 ou communiquez avec le bureau de santé publique de votre région (health.gov.on.ca/fr/common/system/services/phu/locations.aspx). Assurez-vous de mentionner vos symptômes et vos antécédents de voyage, y compris les pays que vous avez visités.

Si vous êtes de retour d'une région touchée, vous pourriez avoir besoin de vous auto-isoler pendant 14 jours. Vous pourriez avoir été exposé au nouveau coronavirus 2019 durant vos déplacements, et le fait de demeurer à la maison et de limiter vos contacts avec les autres peut contribuer à prévenir la propagation du virus. Veuillez communiquer avec le bureau de santé publique de votre région (health.gov.on.ca/fr/common/system/services/phu/locations.aspx) pour obtenir des conseils.

Si vous avez besoin de soins médicaux immédiats, vous devez composer le 911 et mentionner vos antécédents de voyage ainsi que vos symptômes.

Comment le virus se propage-t-il?

Les coronavirus se propagent principalement d'une personne à une autre par contact rapproché, par exemple dans un ménage, un lieu de travail ou un centre de soins de santé.

¹ Veuillez vous référer au site [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus) pour connaître les régions actuellement touchées.

Comment puis-je me protéger contre le nouveau coronavirus 2019?

Il n'existe pas de vaccin pour se protéger contre le nouveau coronavirus 2019.

Certains gestes quotidiens peuvent contribuer à prévenir la propagation des germes qui causent les maladies respiratoires. Adoptez ces mesures quotidiennes pour réduire l'exposition au virus et protéger votre santé :

- Lavez-vous les mains souvent avec du savon et de l'eau ou avec un rince-mains à base d'alcool.
- Éternuez et tousssez dans votre bras.
- Évitez de vous toucher les yeux, le nez ou la bouche.
- Évitez tout contact avec des personnes malades.
- Restez à la maison si vous êtes malade.

Si vous vous rendez dans une région où l'on a recensé des cas de coronavirus, assurez-vous d'éviter :

- Les endroits à risque élevé, comme les fermes et les marchés d'animaux vivants, y compris les endroits où a lieu l'abattage d'animaux.
- Tout contact avec les animaux (vivants ou morts), y compris les porcs, les poulets, les canards et les oiseaux sauvages.
- Les surfaces contaminées par des excréments ou des sécrétions d'animaux.

Puis-je recevoir un traitement contre le nouveau coronavirus 2019?

Il n'existe pas de traitement particulier ni de vaccin pour vous protéger contre les coronavirus. La plupart des personnes atteintes d'une maladie courante causée par un coronavirus humain se rétabliront par elles-mêmes.

Vous devez :

- Boire beaucoup de liquide.
-

- Vous reposer et dormir le plus possible.
- Essayer un humidificateur ou prendre une douche chaude pour soulager un mal de gorge ou une toux.

Quoi faire si je tombe malade en voyage ou à mon retour?

Si vous tombez malade pendant votre voyage ou à votre retour, évitez tout contact avec les autres et téléphonez à Télésanté Ontario au 1 866 797-0000, ou encore communiquez avec le bureau de santé publique de votre région (health.gov.on.ca/fr/common/system/services/phu/locations.aspx). Expliquez-leur :

- Vos symptômes.
- Les endroits où vous avez voyagé ou vécu.
- Si vous avez été en contact direct avec des animaux (par exemple, si vous avez visité un marché d'animaux vivants) ou avez eu un contact étroit avec une personne malade.

Si vous vous sentez malade pendant votre vol vers le Canada ou à votre arrivée, informez l'agent de bord ou un agent des services frontaliers canadiens.

Renseignez-vous sur les avis aux voyageurs se rapportant au nouveau coronavirus 2019 à l'adresse https://voyage.gc.ca/voyager/sante-securite/conseils-sante-voyageurs/210?_ga=2.63701607.918743167.1580352496-173500466.1580352496.

Que dois-je faire si je crois avoir contracté le virus?

Si vous développez des symptômes du nouveau coronavirus 2019, téléphonez à Télésanté Ontario au 1 866 797-0000 pour obtenir des conseils médicaux ou communiquez avec le bureau de santé publique de votre région (health.gov.on.ca/fr/common/system/services/phu/locations.aspx).

N'oubliez pas de mentionner vos symptômes et vos antécédents de voyage, y compris les pays que vous avez visités.

Si vous avez besoin de soins médicaux immédiats, composez le 911 et mentionnez vos antécédents de voyage ainsi que vos symptômes.

Gesundheitsministerium

Neuartiger Coronavirus 2019 (COVID-19)

Am 31. Dezember 2019 meldeten die Gesundheitsbehörden in Wuhan, China, Fälle einer nicht diagnostizierten viralen Lungenentzündung. Als Auslöser wurde ein neuartiges Coronavirus bestätigt, das als das neuartige Coronavirus 2019 oder COVID-19 bekannt war und bisher noch nicht bei Menschen identifiziert wurde.

Was ist der neuartige Coronavirus 2019 (COVID-19)?

Coronaviren sind eine große Virusfamilie, die Krankheiten von Erkältungen bis hin zu schwereren Atemwegsinfektionen wie Bronchitis, Lungenentzündung oder schwerem akuten Atemwegssyndrom (SARS) verursachen können.

Der neuartige Coronavirus 2019 (COVID-19) verursacht eine Atemwegsinfektion mit Ursprung in der Provinz Hubei (Wuhan), China.

Der erste Verdachtsfall dieser Infektion in Ontario wurde am 25. Januar 2020 festgestellt.

Mehr über den neuartigen Coronavirus 2019 erfahren Sie unter [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus).

Was sind die Symptome?

Die Symptome reichen von leichten Symptomen wie grippeartige Infekte und andere häufiger Atemwegsinfektionen bis hin zu schweren Symptomen, unter anderem:

- Fieber
- Husten
- Atembeschwerden

Zu den möglichen Komplikationen des neuartigen Coronavirus 2019 zählen schwere Erkrankungen wie Lungenentzündung oder Nierenversagen und in einigen Fällen sogar bis hin zum Tod.

Wenn Sie Symptome haben, die sich schlimmer als eine gewöhnliche Erkältung anfühlen (z.B. Fieber, Husten, Atembeschwerden) und Sie innerhalb von 14 Tagen vor Einsetzen der Symptome in ein betroffenes Gebiet¹ gereist sind, rufen Sie Telehealth Ontario unter 1-866-797-0000 an oder wenden Sie sich an Ihre örtliche Gesundheitseinrichtung

health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Geben Sie Ihre Symptome und Ihre Reisegeschichte an, einschließlich der von Ihnen besuchten Länder.

Wenn Sie aus einem betroffenen Gebiet zurückkehren, müssen Sie unter Umständen vierzehn Tage lang eine Selbstquarantäne einhalten. Sie waren auf Ihrer Reise möglicherweise dem neuen Coronavirus 2019 ausgesetzt. Indem Sie zu Hause bleiben und den Kontakt zu anderen Menschen minimieren, helfen Sie, eine weitere Verbreitung zu verhindern. Bitte lassen Sie sich von Ihrer örtlichen Gesundheitseinrichtung

health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx beraten.

Wenn Sie sofort ärztliche Hilfe benötigen, rufen Sie den Notruf (911) und erwähnen Sie Ihre Reisegeschichte und Symptome.

Wie verbreitet sich der Virus?

Coronaviren übertragen sich hauptsächlich von Mensch zu Mensch durch engen Kontakt, z.B. in einem Haushalt, am Arbeitsplatz oder in medizinischen Einrichtungen.

¹ Aktuell betroffene Gebiete finden Sie unter Ontario.ca/coronavirus.

Wie schütze ich mich gegen den neuartigen Coronavirus 2019?

Zum Schutz gegen den neuartigen Coronavirus 2019 ist keine Impfung verfügbar.

Alltägliche Maßnahmen können dazu beitragen, die Verbreitung von Erregern von Atemwegserkrankungen zu verhindern. Befolgen Sie diese alltäglichen Maßnahmen, um sich dem Virus weniger auszusetzen und Ihre Gesundheit zu schützen.

- Waschen Sie sich häufig die Hände mit Seife und Wasser oder einem alkoholbasierten Handdesinfektionsmittel.
- Niesen und husten Sie in den Ärmel
- Vermeiden Sie es, Augen, Nase und Mund zu berühren
- Meiden Sie Kontakt zu Erkrankten
- Bleiben Sie zu Hause, wenn Sie selbst krank sind

Wenn Sie in ein Gebiet mit bekannten Fällen von Coronavirus reisen, meiden Sie:

- Orte mit hohem Risiko wie Bauernhöfe, Lebendviehmärkte und Gebiete, wo möglicherweise Tiere geschlachtet werden
- Kontakt mit (toten oder lebendigen) Tieren, einschließlich Schweine, Hühner, Enten und Wildvögel
- Oberflächen mit Tierkot oder -ausscheidungen

Kann ich mich für den neuartigen Coronavirus 2019 behandeln lassen?

Es gibt keine spezifischen Behandlungen für Coronaviren, und es gibt keinen Impfstoff zum Schutz davor. Die meisten Menschen mit häufiger auftretenden Coronaviruserkrankungen erholen sich von selbst wieder.

Sie sollten:

- viel Flüssigkeit zu sich nehmen

- so viel ruhen und schlafen wie möglich
- bei Halsschmerzen oder Husten einen Luftbefeuchter einsetzen oder eine heiße Dusche nehmen

Was, wenn ich mich auf Reisen oder nach meiner Rückkunft krank fühle?

Wenn Sie auf Reisen oder nach Ihrer Rückkehr krank werden, vermeiden Sie den Kontakt mit anderen und rufen Sie Telehealth Ontario unter 1-866-797-0000 an oder wenden Sie sich an Ihre örtliche Gesundheitseinrichtung (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Machen Sie folgende Angaben:

- Ihre Symptome
- wohin Sie gereist sind und wo sie sich aufgehalten haben
- ob Sie direkten Kontakt mit Tieren (z.B. Besuch eines Lebensviehmarktes) oder engen Kontakt mit einer kranken Person hatten

Wenn Sie sich während Ihres Fluges nach Kanada oder bei Ihrer Ankunft krank fühlen, informieren Sie das Flugzeugpersonal oder einen kanadischen Grenzbeamten.

Reisehinweise im Zusammenhang mit dem neuartigen Coronavirus 2019 finden Sie unter travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china.

Was soll ich tun, wenn ich glaube, den Virus zu haben?

Wenn Sie Symptome des neuartigen Coronavirus 2019 entwickeln, wenden Sie sich für medizinische Beratung an Telehealth Ontario unter 1-866-797-0000 oder kontaktieren Sie Ihre örtliche Gesundheitseinrichtung (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

Geben Sie Ihre Symptome und Ihre Reisegeschichte an, einschließlich der von Ihnen besuchten Länder.

Wenn Sie sofort ärztliche Hilfe benötigen, rufen Sie den Notruf (911) an und erwähnen Sie Ihre Reisegeschichte und Symptome.

Υπουργείο Υγείας

Νέος κοροναϊός 2019 (COVID-19)

Στις 31 Δεκεμβρίου 2019, αναφέρθηκαν περιπτώσεις μη διαγνωσμένης ιογενούς Πνευμονίας από τις υπηρεσίες υγειονομικής περίθαλψης στην πόλη Γούχαν της Κίνας. Η αιτία επιβεβαιώθηκε ότι είναι ένας νέος κοροναϊός, γνωστός ως ο Νέος κοροναϊός 2019 ή COVID-19, ο οποίος δεν είχε κατά το Παρελθόν εμφανιστεί σε ανθρώπους.

Τι είναι ο Νέος κοροναϊός 2019 (COVID-19);

Οι κοροναϊοί είναι μια μεγάλη οικογένεια ιών που μπορεί να προκαλέσουν ασθένειες που κυμαίνονται από το κοινό κρυολόγημα έως πιο σοβαρές αναπνευστικές λοιμώξεις όπως βρογχίτιδα, πνευμονία ή σοβαρό οξύ αναπνευστικό σύνδρομο (SARS).

Ο Νέος κοροναϊός 2019 (COVID-19) προκαλεί μια αναπνευστική λοίμωξη που εμφανίστηκε για πρώτη φορά στην επαρχία Χουμπέι (Γούχαν) της Κίνας.

Η πρώτη πιθανή περίπτωση της λοίμωξης στο Οντάριο επιβεβαιώθηκε στις 25 Ιανουαρίου 2020.

Για να μάθετε περισσότερα για τον Νέο κοροναϊό 2019, επισκεφθείτε τη διεύθυνση [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus).

Ποια είναι τα συμπτώματα;

Τα συμπτώματα κυμαίνονται από ήπια –όπως η γρίπη και άλλες κοινές αναπνευστικές λοιμώξεις– έως σοβαρά, και ενδέχεται να περιλαμβάνουν τα εξής:

- πυρετός
- βήχας
- δυσκολία αναπνοής

Οι επιπλοκές του Νέου κοροναϊού 2019 μπορεί να περιλαμβάνουν σοβαρές παθήσεις όπως πνευμονία ή νεφρική ανεπάρκεια, και σε κάποιες περιπτώσεις, θάνατο.

Αν τα συμπτώματά σας είναι χειρότερα από αυτά του κοινού κρυολογήματος (π.χ. πυρετός, βήχας, δυσκολία αναπνοής) **και** έχετε ταξιδέψει σε πληγείσα περιοχή¹ εντός 14 ημερών από την εμφάνιση των συμπτωμάτων, καλέστε την υπηρεσία Telehealth Ontario στο 1-866-797-0000 ή επικοινωνήστε με την τοπική σας ομάδα δημόσιας υγείας (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Φροντίστε να αναφέρετε τα συμπτώματα και το ιστορικό ταξιδιών σας, συμπεριλαμβανομένων των χωρών που έχετε επισκεφτεί.

Αν επιστρέψετε από πληγείσα περιοχή, μπορεί να χρειαστεί να τεθείτε σε αυτοαπομόνωση για 14 ημέρες. Μπορεί να έχετε εκτεθεί στον Νέο κοροναϊό 2019 κατά τη διάρκεια των ταξιδιών σας, συνεπώς σας συνιστούμε να παραμείνετε στην οικία σας και να περιορίσετε την επαφή σας με άλλα άτομα ώστε να βοηθήσετε στην αποτροπή της περαιτέρω εξάπλωσης. Επικοινωνήστε με την τοπική σας υπηρεσία δημόσιας υγείας (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) για συμβουλές.

Αν χρειάζεστε άμεση ιατρική βοήθεια, πρέπει να καλέσετε το 911 και να αναφέρετε το ιστορικό ταξιδιών και τα συμπτώματά σας.

Πώς μεταδίδεται ο ιός;

Οι κοροναϊοί μεταδίδονται κυρίως από άνθρωπο σε άνθρωπο μέσω της κοντινής επαφής, π.χ. στο σπίτι, τον χώρο εργασίας ή ένα κέντρο υγείας.

¹Για τις τρέχουσες πληγείσες περιοχές, ανατρέξτε στη διεύθυνση Ontario.ca/coronavirus.

Πώς μπορώ να προστατευτώ από τον Νέο κοροναϊό 2019;

Δεν υπάρχει διαθέσιμο εμβόλιο για προστασία έναντι του Νέου κοροναϊού 2019.

Υπάρχουν καθημερινές συνήθειες που μπορούν να βοηθήσουν στην αποτροπή εξάπλωσης των μικροβίων που προκαλούν αναπνευστικές παθήσεις. Κάντε τα εξής καθημερινά προκειμένου να μειώσετε την έκθεση στον ιό και να προστατέψετε την υγεία σας:

- να πλένετε τα χέρια σας συχνά με σαπούνι και νερό ή απολυμαντικό χεριών με οινόπνευμα
- να φταρνίζεστε και να βήχετε στον αγκώνα σας
- να αποφεύγετε το άγγιγμα των ματιών, της μύτης ή του στόματός σας
- να αποφεύγετε την επαφή με άρρωστα άτομα
- να μένετε στο σπίτι σας αν αρρωστήσετε

Αν ταξιδέψετε σε περιοχή όπου έχουν εμφανιστεί περιπτώσεις του κοροναϊού, φροντίστε να αποφύγετε τα εξής:

- περιοχές υψηλού κινδύνου όπως φάρμες, αγορές ζωντανών ζώων και σφαγεία
- επαφή με ζώα (ζωντανά ή νεκρά) όπως χοίροι, κοτόπουλα, πάπιες και άγρια πτηνά
- επιφάνειες με περιττώματα ή εκκρίματα ζώων

Μπορώ να λάβω θεραπεία για τον Νέο κοροναϊό 2019;

Δεν υπάρχει καμία συγκεκριμένη θεραπεία για τους κοροναϊούς, ούτε εμβόλιο που να προστατεύει ενάντια των κοροναϊών. Τα περισσότερα άτομα

με ασθένειες που οφείλονται σε κοινούς ανθρώπινους κοροναϊούς αναρρώνουν από μόνα τους.

Πρέπει:

- να πίνετε πολλά υγρά
- να ξεκουράζεστε και να κοιμάστε όσο το δυνατόν περισσότερο
- να χρησιμοποιείτε υγραντήρα ή να κάνετε ζεστά ντους για ανακούφιση του πονόλαιμου ή του βήχα

Τι να κάνω αν αρρωστήσω κατά τη διάρκεια ενός ταξιδιού ή μετά την επιστροφή μου;

Αν αρρωστήσετε κατά τη διάρκεια ενός ταξιδιού ή μετά την επιστροφή σας, αποφύγετε την επαφή με άλλα άτομα και καλέστε την υπηρεσία Telehealth Ontario στο 1-866-797-0000 ή επικοινωνήστε με την τοπική σας ομάδα δημόσιας υγείας

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Αναφέρετε:

- τα συμπτώματά σας
- την περιοχή όπου ταξιδέψατε ή μείνατε
- αν ήρθατε σε άμεση επαφή με ζώα (π.χ. επισκεφτήκατε αγορά ζωντανών ζώων) ή σε στενή επαφή με ένα άρρωστο άτομο

Αν νιώθετε άρρωστοι κατά τη διάρκεια της πτήσης επιστροφής ή κατά την άφιξή σας στον Καναδά, ενημερώστε τους αεροσυνοδούς ή το προσωπικό της υπηρεσίας συνοριακών υπηρεσιών του Καναδά (Canada Border Services Agency).

Ενημερωθείτε για τις ταξιδιωτικές οδηγίες που σχετίζονται με τον Νέο κοροναϊό 2019 στη διεύθυνση travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china.

Τι πρέπει να κάνω αν πιστεύω ότι είμαι φορέας του ιού;

Αν εμφανίσετε συμπτώματα του νέου κοροναϊού 2019, καλέστε την υπηρεσία Telehealth Ontario για ιατρικές συμβουλές στο 1-866-797-0000 ή επικοινωνήστε με την τοπική σας ομάδα δημόσιας υγείας (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

Φροντίστε να αναφέρετε τα συμπτώματα και το ιστορικό ταξιδιών σας, συμπεριλαμβανομένων των χωρών που έχετε επισκεφτεί.

Αν χρειάζεστε άμεση ιατρική βοήθεια, καλέστε το 911 και αναφέρετε το ιστορικό ταξιδιών και τα συμπτώματά σας.

આરોગ્ય મંત્રાલય

2019 નોવેલ કોરોનાવાયરસ (COVID-19)

31 ડિસેમ્બર, 2019 ના રોજ, ચીનના વુહાનમાં આરોગ્ય અધિકારીઓ દ્વારા નિદાન થયા વગરના વાયરલ ન્યુમોનિયાના કેસ નોંધાયા હતા. તેના કારણ બાબતે એક નવો કોરોનાવાયરસ હોવાની પુષ્ટિ કરવામાં આવી હતી, જેને 2019 ના નોવેલ કોરોનાવાયરસ અથવા COVID-19 તરીકે ઓળખવામાં આવે છે, જે અગાઉ માનવોમાં ઓળખાયા ન હતા.

2019 નોવેલ કોરોનાવાયરસ (COVID-19) શું છે?

કોરોનાવાયરસ એ વાયરસનો એક મોટો પરિવાર છે જે સામાન્ય શરદીથી લઈને શ્વાસનળીનો સોજો, ન્યુમોનિયા અથવા ગંભીર તીવ્ર શ્વાસન સિન્ડ્રોમ (SARS) જેવા શ્વાસન ચેપથી માંદગી સુધીની બીમારીઓનું કારણ બની શકે છે.

2019 નોવેલ કોરોનાવાયરસ (COVID-19) એ શ્વાસન ચેપનું કારણ બને છે જેનો ઉદભવ ચીનના હુબેઇ પ્રાંત (Wuhan) માં થયો હતો.

ઓન્ટારીયોમાં આ ચેપનો પ્રથમ ગર્ભિત કેસ 25 જાન્યુઆરી, 2020 ના રોજ ઓળખાયો હતો.

2019 નોવેલ કોરોનાવાયરસ વિશે વધુ જાણવા માટે [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus) ની મુલાકાત લો.

લક્ષણો શું છે?

લક્ષણો ફ્લૂ અને અન્ય સામાન્ય શ્વાસન ચેપ જેવા હળવાથી લઈને ગંભીર સુધી હોય છે અને તેમાં આ શામેલ હોઈ શકે છે:

- તાવ
- ઉધરસ
- શ્વાસ લેવામાં તકલીફ

2019 નોવેલ કોરોનાવાયરસથી થતી જટિલતાઓમાં ન્યુમોનિયા અથવા કિડનીની નિષ્ફળતા જેવી ગંભીર પરિસ્થિતિઓ અને કેટલાક કિસ્સાઓમાં મૃત્યુનો સમાવેશ થઈ શકે છે.

જો તમારા લક્ષણો સામાન્ય શરદી કરતા વધુ ખરાબ લાગે છે (ઉદાહરણ તરીકે, તાવ, ઉધરસ, શ્વાસ લેવામાં તકલીફ) અને તમે અસરગ્રસ્ત વિસ્તારમાં¹ લક્ષણ શરૂ થયાના 14 દિવસની અંદર મુસાફરી કરી છે, તો 1-866-797-0000 પર ટેલિહેલ્થ ઓન્ટારિયોને કોલ કરો અથવા તમારા સ્થાનિક જાહેર આરોગ્ય એકમ (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) નો સંપર્ક કરો. તમે મુલાકાત લીધેલા દેશો સહિત, તમારા લક્ષણો અને તમારા પ્રવાસ ઇતિહાસનો ઉલ્લેખ કરવાની ખાતરી કરો.

જો તમે અસરગ્રસ્ત વિસ્તારથી પાછા ફરો, તો તમારે 14 દિવસ માટે પોતાને અલગ રાખવાની જરૂર પડી શકે છે. તમારી મુસાફરી દરમિયાન તમે 2019 ના નોવેલ કોરોનાવાયરસથી સંપર્કમાં રહ્યા હોઈ શકો છો અને ઘરે રહીને અને અન્ય લોકો સાથે સંપર્ક મર્યાદિત રાખવાથી વધુ પ્રસરતો અટકાવવામાં મદદ મળી શકે છે. સલાહ માટે કૃપા કરી તમારા સ્થાનિક જાહેર આરોગ્ય એકમ (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) નો સંપર્ક કરો.

જો તમને તાત્કાલિક તબીબી સહાયની જરૂર હોય તો તમારે 911 પર કોલ કરવો જોઈએ અને તમારા મુસાફરીના ઇતિહાસ અને લક્ષણોનો ઉલ્લેખ કરવો જોઈએ.

વાયરસ કેવી રીતે ફેલાય છે?

કોરોનાવાયરસ મુખ્યત્વે એક વ્યક્તિથી બીજા વ્યક્તિમાં નજીકના સંપર્ક દ્વારા ફેલાય છે, ઉદાહરણ તરીકે, ઘરમાં, કાર્યસ્થળ પર અથવા આરોગ્ય સંભાળ કેન્દ્રમાં.

¹ કૃપા કરીને વર્તમાન અસરગ્રસ્ત વિસ્તારો માટે Ontario.ca/coronavirus નો સંદર્ભ લો.

હું 2019 ના નોવેલ કોરોનાવાયરસ સામે મારી જાતને કેવી રીતે સુરક્ષિત કરી શકું?

2019 ના નોવેલ કોરોનાવાયરસ સામે રક્ષણ આપવા માટે કોઈ રસી ઉપલબ્ધ નથી.

એવી રોજિંદી ક્રિયાઓ છે જે શ્વસન બિમારીઓ પેદા કરતાં જીવાણુઓના ફેલાવાને રોકવામાં મદદ કરી શકે છે. વાયરસના સંસર્ગને ઘટાડવા અને તમારા સ્વાસ્થ્યને સુરક્ષિત રાખવા માટે આ રોજિંદા પગલાં લો:

- તમારા હાથને વારંવાર સાબુ અને પાણી અથવા આલ્કોહોલ આધારિત હેન્ડ સેનિટાઈઝરથી ધોઈ લો
- ઉધરસ અને છીંક તમારી બાંયમાં કરો
- તમારી આંખો, નાક અથવા મોંનો સ્પર્શ કરવાનું ટાળો
- બીમાર લોકો સાથે સંપર્ક ટાળો
- તમે બીમાર હો તો ઘરે જ રહો

જો તમે કોઈ એવા ક્ષેત્રની મુસાફરી કરી રહ્યા છો જે જાણીતા કોરોનાવાયરસના કેસ ધરાવે છે, તો આટલું ટાળવાનું ભૂલશો નહીં:

- ઉચ્ચ જોખમવાળા ક્ષેત્રો જેવા કે ખેતરો, જીવંત પ્રાણી બજારો અને એવા ક્ષેત્ર કે જ્યાં પ્રાણીઓની કતલ થઈ શકે
 - ડુક્કર, ચિકન, બતક અને જંગલી પક્ષીઓ સહિતના પ્રાણીઓ (જીવંત અથવા મૃત) સાથે સંપર્ક
 - પ્રાણીના મળ અથવા સ્ત્રાવ ધરાવતી સપાટીઓ
-

શું હું 2019 ના નોવેલ કોરોનાવાયરસની સારવાર મેળવી શકું છું?

કોરોનાવાયરસ માટે કોઈ વિશિષ્ટ સારવાર નથી, અને એવી કોઈ રસી નથી જે કોરોનાવાયરસ સામે રક્ષણ આપે છે. સામાન્ય માનવ કોરોનાવાયરસ બીમારીઓવાળા મોટાભાગના લોકો તેમની જાતે જ સ્વસ્થ થઈ જશે.

તમારે:

- પ્રવાહી પુષ્કળ પીવું જોઈએ
- શક્ય તેટલો વધુ આરામ કરો અને ઊંઘ લો
- ગળાના દુખાવામાં અથવા ખાંસીમાં મદદ માટે હ્યુમિડિફાયર અથવા ગરમ પાણીથી સ્નાન અજમાવો

જો મને મુસાફરી કરતી વખતે અથવા પાછા ફર્યા પછી બીમાર અનુભવાય તો?

જો તમે મુસાફરી કરી રહ્યા હોવ ત્યારે અથવા પાછા ફર્યા પછી બીમાર થાઓ છો, તો બીજાઓ સાથે સંપર્ક ટાળો અને ટેલિહેલ્થ ઓન્ટારિયોને 1-866-797-0000 પર કોલ કરો અથવા

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) પર તમારા

સ્થાનિક જાહેર આરોગ્ય એકમનો સંપર્ક કરો. તેમને આટલું જણાવો:

- તમારા લક્ષણો
- તમે ક્યાં મુસાફરી કરી છે અથવા રહો છો
- જો તમારો પ્રાણીઓ સાથે સીધો સંપર્ક થયો હોય (ઉદાહરણ તરીકે, જીવંત પ્રાણી બજારની મુલાકાત લીધી હોય) અથવા બીમાર વ્યક્તિ સાથે નજીકનો સંપર્ક થયો હોય

જો તમને કેનેડાની ફ્લાઇટ દરમિયાન અથવા આગમન સમયે બીમાર અનુભવાય, તો ફ્લાઇટ એટેન્ડન્ટ અથવા કેનેડિયન બોર્ડર સર્વિસ અધિકારીને જાણ કરો.

2019 ના નોવેલ કોરોનાવાયરસથી સંબંધિત મુસાફરી સલાહ વિશે અહીં જાણો:

travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china.

જો મને લાગે છે કે મને વાયરસ છે તો મારે શું કરવું જોઈએ?

જો તમને 2019 ના નોવેલ કોરોનાવાયરસના લક્ષણો વિકસિત થાય, તો તબીબી સલાહ માટે 1-866-797-0000 પર ટેલિહેલ્થ ઓન્ટારિયોને કોલ કરો અથવા તમારા સ્થાનિક જાહેર આરોગ્ય એકમનો સંપર્ક કરો

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

તમે મુલાકાત લીધેલા દેશો સહિત, તમારા લક્ષણો અને તમારા પ્રવાસ ઇતિહાસનો ઉલ્લેખ કરવાની ખાતરી કરો.

જો તમને તાત્કાલિક તબીબી સહાયની જરૂર હોય, તો 911 પર કોલ કરો અને તમારા મુસાફરીના ઇતિહાસ અને લક્ષણોનો ઉલ્લેખ કરો.

स्वास्थ्य मंत्रालय

2019 नॉवल कोरोनावाइरस (COVID-19)

31 दिसंबर 2019 को वुहान, चीन में स्वास्थ्य अधिकारियों ने तशखीस ना किए गए वाइरल निमोनिया के मामलों की सूचना दी। कारण की पुष्टि, 2019 नॉवल कोरोनावाइरस या COVID-19 के नाम से जाने वाले एक नए कोरोनावाइरस के रूप में हुई जो पहले मनुष्यों में कभी नहीं पाया गया था।

2019 नॉवल कोरोनावाइरस (COVID-19) क्या है?

कोरोनावाइरस वायरसों का एक बड़ा परिवार है जो आम जुखाम से लेकर सांस संबंधी और गंभीर बीमारियों जैसे कि ब्रोंकाइटिस, निमोनिया या सीवियर अक्यूट रेस्पिरटरी सिंड्रोम (severe acute respiratory syndrome, SARS) का कारण बन सकता है।

2019 नॉवल कोरोनावाइरस (COVID-19) के कारण श्वास प्रश्वास संबंधी संक्रमण होता है जो हुबे प्रांत (वुहान) चीन से उत्पन्न हुआ।

इस संक्रमण के पहले संभावित मामले की पहचान ऑंटैरियो में 25 जनवरी 2020 को हुई।

2019 नॉवल कोरोनावाइरस के बारे में ज़्यादा जानने के लिए ontario.ca/coronavirus पर जाएँ।

लक्षण क्या हैं?

लक्षण हल्के - जैसे कि फ्लू और श्वास प्रश्वास संबंधी अन्य साधारण संक्रमणों - से गंभीर तक होते हैं और इसमें शामिल हो सकते हैं:

- बुखार
- खाँसी
- सांस लेने में मुश्किल

2019 नॉवल कोरोनावाइरस से होने वाली समस्याओं में गंभीर अवस्थाएँ जैसे कि निमोनिया या गुर्दों का खराब होना, और कुछ मामलों में, मौत, शामिल हो सकती है।

अगर आपके लक्षण आम जुखाम (उदाहरण के लिए बुखार, खाँसी, सांस लेने में पेशानी) से बदतर महसूस होते हैं और आप ने लक्षणों की शुरुआत से 14 दिनों के अंदर किसी प्रभावित क्षेत्र¹ तक यात्रा की है तो टेलीहेल्थ ऑटैरियो को 1-866-797-0000 पर पर कॉल करें या अपनी स्थानीय जन स्वास्थ्य इकाई से सम्पर्क करें। (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)। अपने लक्षणों तथा अपने द्वारा यात्रा किए गए देशों सहित, अपने यात्रा के इतिहास का ज़िक्र ज़रूर करें।

यदि आप किसी प्रभावित क्षेत्र से वापस लौटते हैं, तो आपको 14 दिनों तक स्वयं को अलग रखने की आवश्यकता हो सकती है। आप अपनी यात्राओं के दौरान 2019 नोवेल कोरोनावाइरस से सम्पर्क में आ गए हो सकते हैं, और घर पर रहना तथा अन्य लोगों के साथ सम्पर्क को सीमित करना इसके और फैलने को रोकने में सहायक हो सकता है। सलाह के लिए कृपया अपनी स्थानीय जन स्वास्थ्य इकाई (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) से संपर्क करें।

अगर आपको तुरंत मेडिकल तवज्जो की ज़रूरत है तो 911 को कॉल करें और अपनी यात्रा के इतिहास और लक्षणों के बारे में बताएं।

वाइरस कैसे फैलता है?

कोरोनावाइरस मुख्य रूप से नज़दीक संपर्क के द्वारा एक व्यक्ति से दूसरे तक फैलते हैं, उदाहरण के लिए, एक घर, काम करने की जगह और सेहत संभाल सेटर में।

मैं 2019 नॉवल कोरोना वाइरस के विरुद्ध अपनी रक्षा कैसे कर सकता/ती हूँ?

2019 नॉवल कोरोनावाइरस के विरुद्ध रक्षा करने के लिए कोई वैक्सीन उपलब्ध नहीं है।

सांस संबंधी बीमारियाँ फैलाने वाले किटाणुओं को फैलने से रोकने में सहायता करने के लिए कुछ रोज़मर्रा के काम हैं। वाइरस से संपर्क को घटाने और अपने स्वास्थ्य को सुरक्षित रखने के लिए यह रोज़मर्रा कदम उठाएँ :

¹ वर्तमान प्रभावित क्षेत्रों के लिए कृपया Ontario.ca/coronavirus देखें।

- अपने हाथों को अक्सर साबुन तथा पानी या अल्कोहल आधारित हाथ साफ करने वाले सैनिटाइज़र से धोएँ
- अपने कपड़े की बांह में छींकें तथा खाँसें
- अपनी आँखों, नाक और मुँह को छूने से बचें
- बीमार लोगों के साथ संपर्क से बचें
- अगर आप बीमार हैं तो घर पर रहें

अगर आप किसी ऐसी जगह की यात्रा कर रहे हैं जो कोरोनावाइरस के मामले पाए जाने के लिए ज्ञात है तो इनसे बचना निश्चित करें :

- ज्यादा जोखिम वाले क्षेत्र जैसे फार्म्स, जीवित जानवरों वाले बाज़ार, और ऐसे क्षेत्र जहाँ संभव है जानवरों को मारा जाता है
- सूअरों, बतखों और जंगली पक्षियों सहित जानवरों (जिंदा या मरे हुए) से संपर्क
- ऐसे सतह जिन पर जानवरों की लीद या स्राव हो

क्या मुझे 2019 नॉवल कोरोनावाइरस के लिए इलाज मिल सकता है?

कोरोनावाइरसों के लिए कोई विशिष्ट इलाज नहीं है और ऐसी कोई वैक्सीन नहीं है जो कोरोनावाइरसों के विरुद्ध रक्षा करती है। साधारण मानव कोरोनावाइरस बीमारियों वाले अधिकतर लोग अपने आप ठीक हो जाएंगे ।

आपको :

- अधिक मात्रा में तरल पदार्थ पीने चाहिएँ
 - जितना हो सके आराम करना और सोना चाहिए
 - गले में खराश या खाँसी में मदद के लिए ह्यूमीडिफायर या गरम शावर आजमाना चाहिए
-

अगर मैं यात्रा के दौरान या मेरे लौटने के बाद बीमार महसूस करता/ती हूँ तो क्या?

यदि आप यात्रा करते समय या लौटने के बाद बीमार हो जाते हैं, तो दूसरों के साथ संपर्क से बचें और टेलीहेल्थ ओंटेरियो को 1-866-797-0000 पर कॉल करें या अपनी स्थानीय जन स्वास्थ्य इकाई से संपर्क करें। (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)।

उनको बताएं:

- आपके लक्षण
- आपने कहाँ यात्रा कर रहे थे या रह रहे हैं
- यदि जानवरों के साथ आपका सीधा संपर्क (उदाहरण के लिए, आप किसी जीवित जानवरों वाले बाज़ार में गए हों) या एक बीमार व्यक्ति से करीबी संपर्क हुआ है

अगर आप कनाडा तक अपनी फ्लाइट में या पहुँचने पर बीमार महसूस करते हैं तो फ्लाइट अटेंडेंट या कैनेडियन बॉर्डर सर्विसिज़ के एक अफसर को बताएं।

travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china पर 2019 नॉवल कोरोनावाइरस से संबंधित ट्रेवल एडवाइज़रियां के बारे में और जानें।

अगर मैं सोचता/ती हूँ की मुझे वाइरस है तो मुझे क्या करना चाहिए?

अगर आप 2019 नॉवल कोरोनावाइरस के लक्षण विकसित कर लेते हैं तो मेडीकल सलाह के लिए टेलीहेल्थ ओंटेरियो को 1-866-797-0000 पर कॉल करें या अपनी स्थानीय जन स्वास्थ्य इकाई से संपर्क करें।

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) ।

अपने लक्षणों तथा अपने द्वारा यात्रा किए गए देशों सहित, अपने यात्रा के इतिहास का ज़िक्र ज़रूर करें।

अगर आपको तुरंत मेडिकल तवज्जो की ज़रूरत है तो 911 को कॉल करें और अपनी यात्रा के इतिहास और लक्षणों के बारे में बताएं।

Ministero della Salute

Nuovo coronavirus 2019 (COVID-19)

Il 31 dicembre 2019 le autorità sanitarie hanno segnalato casi di una polmonite virale non diagnosticata a Wuhan (Cina). La causa è stata confermata essere un nuovo coronavirus, noto come il nuovo coronavirus 2019 o COVID-19, che non era stato identificato in precedenza negli esseri umani.

Che cos'è il nuovo coronavirus 2019 (COVID-19)?

I coronavirus sono una grande famiglia di virus che possono causare malattie che vanno dal comune raffreddore a infezioni respiratorie più gravi, come la bronchite, la polmonite o la sindrome respiratoria acuta grave (SARS).

Il nuovo coronavirus 2019 (COVID-19) causa un'infezione respiratoria che ha avuto origine nella provincia di Hubei, a Wuhan, in Cina.

Il primo presunto caso in Ontario di questa infezione è stato identificato il 25 gennaio 2020.

Per ulteriori informazioni sul nuovo coronavirus 2019, visitate il sito Web [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus).

Quali sono i sintomi?

I sintomi possono essere da lievi, come l'influenza e altre comuni infezioni respiratorie, a gravi e possono includere:

- febbre,
- tosse,
- difficoltà respiratorie.

Le complicanze dovute al nuovo coronavirus 2019 possono includere condizioni gravi, quali la polmonite o l'insufficienza renale e, in alcuni casi, il decesso.

Se i vostri sintomi sono peggiori di quelli di un comune raffreddore (per esempio, sono presenti febbre, tosse, difficoltà respiratorie) e avete visitato una zona interessata dal virus¹ entro 14 giorni dall'inizio dei sintomi, chiamate Telehealth Ontario al numero 1-866-797-0000 o contattate la vostra unità sanitaria pubblica locale (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Assicuratevi di menzionare i vostri sintomi e la vostra cronologia di viaggio, inclusi i paesi che avete visitato.

Se state tornando da una zona interessata, potreste dovervi autoisolare per 14 giorni. Potreste essere stati esposti al nuovo coronavirus 2019 durante i vostri viaggi e rimanere a casa e limitare il contatto con altre persone può facilitare la prevenzione di un'ulteriore propagazione della malattia. Contattate la vostra unità sanitaria pubblica locale (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) per raccomandazioni.

Se avete bisogno di cure mediche immediate chiamate il 911 e indicate la vostra cronologia di viaggio e i vostri sintomi.

Come si diffonde il virus?

I coronavirus si diffondono da uomo a uomo soprattutto tramite contatti stretti, per esempio, in famiglia, sul luogo di lavoro o nei centri di assistenza sanitaria.

Come posso proteggermi dal nuovo coronavirus 2019?

Non sono disponibili vaccini per proteggersi dal nuovo coronavirus 2019.

Vi sono azioni quotidiane che possono aiutare a prevenire la diffusione dei germi causa di malattie respiratorie. Adottate questi accorgimenti quotidiani per ridurre l'esposizione al virus e proteggere la vostra salute:

¹ Consultate Ontario.ca/coronavirus per sapere quali sono le attuali zone interessate.

- lavatevi spesso le mani con acqua e sapone o un disinfettante per le mani a base di alcol;
- starnutite e tossite sulla vostra manica;
- evitate di toccarvi occhi, naso e bocca;
- evitate il contatto con persone malate;
- rimanete a casa se siete malati.

Se vi recate in una zona in cui sono stati accertati casi di coronavirus, assicuratevi di evitare:

- zone ad alto rischio, come aziende agricole, mercati con animali vivi e zone dove gli animali potrebbero essere destinati alla macellazione;
- il contatto con animali (vivi o morti), compresi maiali, polli, anatre e uccelli selvatici;
- superfici che presentano deiezioni o secrezioni animali.

Posso ricevere un trattamento contro il nuovo coronavirus 2019?

Non esistono trattamenti specifici per i coronavirus e non è disponibile alcun vaccino come misura di profilassi. La maggior parte delle persone affette da malattie dovute a coronavirus umani comuni guariranno da sole.

Dovete:

- bere molti liquidi;
- stare a riposo e dormire il più possibile;
- provare a utilizzare un umidificatore o a fare una doccia calda per lenire il mal di gola o la tosse.

Cosa devo fare se mi ammalo in viaggio o dopo aver fatto ritorno a casa?

Se vi ammalate in viaggio o dopo aver fatto ritorno a casa, evitate il contatto con altre persone e chiamate Telehealth Ontario al numero 1-866-797-0000 o contattate la vostra unità sanitaria pubblica locale

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Indicate:

- i sintomi che accusate;
- dove avete viaggiato o abitato ultimamente;
- se avete avuto contatti diretti con animali (per esempio, se avete visitato un mercato con animali vivi) o contatti stretti con una persona malata.

Se vi ammalate durante il volo verso il Canada o all'arrivo, informate un assistente di volo o un agente dei servizi transfrontalieri canadese.

Informatevi riguardo agli avvisi di viaggio relativi al nuovo coronavirus 2019 sul sito Web travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china.

Che cosa devo fare se penso di avere contratto il virus?

Se sviluppate i sintomi del nuovo coronavirus 2019 chiamate Telehealth Ontario per una consulenza sanitaria al numero 1-866-797-0000 o contattate la vostra unità sanitaria pubblica locale

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

Assicuratevi di menzionare i vostri sintomi e la vostra cronologia di viaggio, inclusi i paesi che avete visitato.

Se avete bisogno di cure mediche immediate chiamate il 911 e indicate la vostra cronologia di viaggio e i vostri sintomi.

보건부

2019 년도 신종 코로나바이러스(COVID-19)

2019 년 12 월 31 일, 중국 우한의 보건 당국은 확진되지 않은 바이러스성 폐렴 사례를 보고하였습니다. 이전까지는 인체 감염이 확인되지 않았던 것으로, 2019 년도 신종 코로나바이러스 또는 COVID-19 로 알려진 새로운 코로나바이러스로 확인되었습니다.

2019 년도 신종 코로나바이러스(COVID-19)란 무엇입니까?

코로나바이러스는 단순 감기부터 기관지염, 폐렴 또는 중증 급성 호흡기 증후군(사스, SARS) 등의 심각한 호흡기 감염 질환을 야기할 수 있는 대형 바이러스 과에 속한 바이러스입니다.

중국 후베이성에서 발생한 2019 년도 신종 코로나바이러스(COVID-19)는 호흡기 감염증을 야기합니다.

온타리오에서 첫 감염으로 추정되는 사례가 2020 년 1 월 25 일 확인되었습니다.

2019 년도 신종 코로나바이러스에 관한 자세한 사항은 [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus) 를 방문하시기 바랍니다.

어떠한 증상이 있습니까?

독감 및 기타 일반 호흡기 감염증 등 약한 증상부터 중증까지 다양하며 다음과 같은 증상을 포함할 수 있습니다.

- 발열
- 기침
- 호흡 곤란

2019 년도 신종 코로나바이러스 감염으로 인한 합병증으로는 폐렴 또는 신부전 등 심각한 질환을 포함할 수 있으며, 경우에 따라서는 사망에 이를 수 있습니다.

일반 감기보다 더 심한 증상(예를 들어, 발열, 기침, 호흡 곤란)이 있고 **또한**, 14 일 잠복 기간 이내에 발병 지역¹을 방문한 경우, Telehealth Ontario(1-866-797-0000)에 연락하시거나 관할 보건소(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)에 문의하시기 바랍니다. 방문국을 비롯하여 증상과 여행력을 보고해야 합니다.

감염 지역을 방문하고 귀국한 경우, 14 일간 자가격리 수칙을 지켜야 합니다. 여행 중 2019 년도 신종 코로나바이러스에 노출되었을 수 있으니 집에 있거나 타인과의 접촉을 제한함으로써 추가 전파를 막을 수 있습니다. 관할 보건소 (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)에 문의하시기 바랍니다.

즉각적인 치료가 필요한 경우, 911 에 전화하여 여행력과 증상을 보고해야 합니다.

바이러스는 어떻게 전파됩니까?

코로나바이러스는 가정, 직장 또는 의료 기관 등에서 사람 대 사람 간 가까운 접촉을 통해 주로 전파됩니다.

2019 년도 신종 코로나바이러스를 어떻게 예방합니까?

2019 년도 신종 코로나바이러스에 대한 백신이 없습니다.

호흡기 질환을 야기하는 병원균의 확산을 방지하는 데 도움이 되는 일상적인 예방 수칙이 있습니다. 이러한 예방 수칙을 지켜 바이러스에 대한 노출을 줄이고 건강을 지킬 수 있습니다.

- 비누와 물 또는 알코올 손 세정제로 자주 손 씻기
- 재채기와 기침할 때 옷 소매로 가리기
- 눈, 코 또는 입을 만지지 않기
- 아픈 사람과의 접촉을 피하기

¹ 발병 지역에 관한 정보는 Ontario.ca/coronavirus 를 참조하십시오.

- 몸이 아픈 경우 집에 있기

코로나바이러스 감염증 발생 지역을 방문하는 경우, 다음 사항을 지켜야 합니다.

- 농장, 가축 시장, 도축장 등 감염 위험이 높은 지역을 피한다
- 돼지, 닭, 오리 및 야생 조류를 포함하여 (살아있거나 죽은) 동물과의 접촉을 피한다
- 동물 배변 또는 분비물이 있는 표면을 피한다

2019 년도 신종 코로나바이러스에 대한 치료를 받을 수 있습니까?

코로나바이러스 감염증을 치료할 수 있는 치료제가 없으며, 코로나바이러스에 대한 백신도 없습니다. 일반적인 사람 코로나바이러스 질환을 가진 분들은 대부분 스스로 회복하게 됩니다.

아래 사항을 지켜야 합니다.

- 수분을 충분히 섭취한다
- 가능한 한 충분히 휴식과 수면을 취한다
- 인후통이나 기침에 도움이 될 가습기나 뜨거운 샤워를 이용한다

여행 중이나 입국한 후 아프게 되면 어떻게 해야 할까요?

여행 중이나 입국한 후 아프게 되면, 타인과의 접촉을 피하고 Telehealth Ontario(1-866-797-0000)에 연락하거나 관할

보건소(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)에 문의하셔서 다음 사항을 보고해야 합니다.

- 자신의 증상
- 여행지나 거주지 정보
- 동물(예를 들어, 살아있는 동물 시장을 방문했음)과의 직접적인 접촉이 있었거나 아픈 사람과 가까운 접촉이 있었는지

캐나다행 항공기 내에서 아프게 된 경우 승무원에게, 또는 도착하여 아프게 된 경우에는 캐나다 국경 관리국 직원에게 알려야 합니다.

2019 년도 신종 코로나바이러스 관련 여행 경보는

travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china 를 참조하십시오.

바이러스에 감염되었다고 느낄 경우 어떻게 해야 할까요?

2019 년도 신종 코로나바이러스 감염증 증상이 있는 경우, Telehealth Ontario(1-866-797-0000)에 연락하여 의료 상담을 받으시거나 관할 보건소

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)에 문의하시기 바랍니다.

방문국을 비롯하여 증상과 여행력을 보고해야 합니다.

즉각적인 치료가 필요한 경우, 911 에 전화하여 여행력과 증상을 말씀하십시오.

2019 novel coronavirus (COVID-19)

Ne 31 shiieskahá:wis Tsiothórha, 2019 shiiohserò:ten, ata'karitétshera rotio'ténion Wuhan, Thatikahresónshne iahontewennániehte tsi niiawén:'on tsi rotitsina'kwanóhston rotinonhwaktaní:hen. Tekaiat'oréhton tsi á:se coronavirus né:'e takarihón:ni, ne ratina'tónhkwa ne 2019 novel coronavirus tóka'ni COVID-19, né:ne iah ohén:ton ken'niiawén:'on tekatshérion ne onkwè:takon.

Nahò:ten né:'e ne 2019 novel coronavirus? (COVID-19)?

Coronavirus'shón:'a né:'e ne kahwatsirowá:nen ne kanhra'shón:'a né:ne kontikwénies aontakontirihón:ni ne kanonhwakténhsera kwah né:ne teiakothoriahseriion:se táhnon sénha ióhteront iontón:ries nikanonhwaktenhserò:tens kwah né:ne teiakaonriò:raraks, iakotsina'kwanóhston tóka'ni severe acute respiratory syndrome (SARS).

Ne 2019 novel coronavirus (COVID-19) tkarihón:nis ne iontón:ries kanonhwakténhsera né:ne Hubei province (Wuhan), Thatikahresónshne tiotahsawáhkwen.

Ne tiotierénhton tsi niiawén:'on tsi kí:ken iakononhwaktaní:hen Kaniatarí:io nón:we né:'e kaienteré:'on ne Tsiothorhkó:wa 25 shiieskahá:wis, 2020 shiiohserò:ten.

Ne sénha aesató:kenhse ne 2019 novel coronavirus aorihwà:ke, ia'skwáhtio ne Ontario.ca/coronavirus.

Nahò:ten ionttó:ka's?

Tekiatti:hen nahò:ten ionttó:ka's – kwah né:ne iakothoriahseriion'se'kó:wa táhnon ó:ia thikén:'a í:ken iontón:ries nikanonhwaktenhserò:tens – nok sénha kaniakátste, táhnon enwá:ton né:'e akénhake ne:

- iako'tonhkwárhos
- ionhshà:kha
- iakonoròn:se aiontónrie

Tsi takarihwaiehstánion ne 2019 novel coronavirus enwá:ton teioterien'thá:ra akénhake, kwah né:ne aietsinà:kwanohte tóka'ni enwátka'we tsi iotiió'te ne otstíéhseri, táhnon sewatié:rens tsi níiá:wen's, aiáiheie.

Tóka' nahò:ten sattó:ka's sénha sonnhaksà:tha tsi ní:ioht ne athoráhsera (ne karihwaráhston, iako'tonhkwárhos, ionhshà:kha, iakonoròn:se aiontón:rie) **táhnnon** tesatawenriéhon tsi nón:we nihotíia'tawén:'on¹ tsi na'tekiáttere ne 14 niwenhniserá:ke tsi náhe tontáhsawen nahò:ten sattó:ka's, sheiatewennáta'ahs ne Telehealth Kaniatarí:io ne 1-866-797-0000 tóka'ni sheiatewennáta'ahs ne ata'karitétsheera rotiió'ténion ákta tsi nón:we tehsi:teron (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Orihwí:io sewennò:rok nahò:ten sattó:ka's táhnon tsi nón:we tesatawenriéhon, ne ò:ni tsi níiohwentsiò:tens sakwáhthon.

Tóka' tsi nón:we nihotíia'tawén:'on na'tentéhsewe, ta'nón:wa tká:konte ahsatatia'tatsíhskwahte ne 14 niwenhniserá:ke nikari:wes. Ta'nón:wa ákta íhse'skwe ne 2019 novel coronavirus tsi nikari:wes tesatawénrieskwe táhnon tóka' ahsi'terón:tahkwe táhnon entehsón'neke tsi níiohkà:te ákta ísene's ne ónhka'k ó:ia né:'e enwá:ton akaié:nawa'se taká:tahste sénha aonterénia'te. Takí:tenhre sheiatewennáta'ahs ne ata'karitétsheera rotiió'ténion ákta tsi nón:we tehsi:teron (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) ne aiesa'nikòn:ron.

Tóka' tesatonhwentsiò:ni kwah óksa'k taiesáhsnie'ne e'thóhtsi 911 ahsatewennáta táhnon sewennò:rok tsi nón:we tesatawenriéhon táhnon nahò:ten sattó:ka's.

Oh ní:ioht tsi waterenià:tha ne kánhra?

Coronavirus'shón:'a konterenià:tha ón:kwe tsi níio:re ón:kwe nó:nen ákta rón:ne's, ne karihwaráhston, kanónhsakon, tsi thotiió'te tóka'ni tsi tehshakotíhsnie's.

Oh ní:ioht enwá:ton akatatia'tanónhstate ne tóhsa akenhraié:na ne 2019 novel coronavirus?

Iah othé:nen teká:ien ne vaccine ne aiakoia'tanónhstate ne tóhsa aiakoié:na ne 2019 novel coronavirus.

¹ Takí:tenhre ía'skwáhtho ne [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus) ne aesató:kenhse tsi nón:we nihotíia'tawén:'on.

Enwá:ton nia'té:kon naié:iere ne akaié:nawa'se taká:tahste tsi enwaterénia'te ne kanhrón:nis né:ne tkarihón:nis ne iontón:ries kanonhwakténhsera.

Ná:tsier kí:ken niiorata'tshera:ke ne aontahsón'neke tsi ta'nón:wa kánhra aesaié:na táhnon senónhstat ne sata'karitétshe:

- iotkà:te sahtsioharè:tahkw ne onoharè:tha táhnon ohné:ka tóka'ni kahneka'shátste ionnià:ton ionhtsioharè:tha
- senentshò:kon tesén'tsionk táhnon sáhsha'k
- tóhsa skahrà:ke ahsié:na, se'niòn:ke tóka'ni tsi thsakà:ronte
- tóhsa tetsiatera'né:ken tsi niiá:kon iakononhwáktani
- tsi'terón:tahkw tóka' sanonhwáktani

Tóka' tesatawenriéhe tsi nón:we nihotiia'tawén:'on ne coronavirus, orihwí:io tóhsa niaháhse:

- tsi nón:we ate'shén:na teiontká:nere niá:ien kwah né:ne tsi thatiyénthos, tsi thonatenahskwakè:ron táhnon tsi nón:we konwarióhstha
- ákta ne katshé:nen/káριο (iónnhe káton iawenhé:ion), ne kwéskwes, kítkit, sórak táhnon watatewenní:io otsi'tén:'a
- tsi nón:we wani'taién:tons tóka'ni wanistiá:ke's ne katshé:nen/káριο

Aón:ton ken taiónktsien'te ne 2019 novel coronavirus?

Iah othé:nen katokénhston tekanonhkwa'tshera:ien ne taiétsien'te ne coronavirus'shón:'a, táhnon iah othé:nen teká:ien ne vaccine né:ne eniakoia'tanónhstate ne tóhsa aiakoié:na ne coronavirus'shón:'a. Thóha akwé:kon ne ón:kwe né:ne thikén:'a í:ken coronavirus rotinonhwaktanihen rononhá:'ok enshatiie'wén:ta'ne.

E'thóhtsi:

- é:so shnekì:ra
- satoríhshen táhnon sén:tahw tsi ní:kon enhskwé:ni
- sate'nién:ten iontonristáhkwa tóka'ni iohneka'tarihen satia'tóhare né:'e akaié:nawa'se tóka' sania'tanòn:waks tóka'ni sahshà:kha

Oh káti tóka' wakonnháksen tsi náhe tewakatawénrie tóka'ni iotohétston taontá:kewe?

Tóka' aesanonhwákten tsi nikari:wes tesatawenriehonhátie tóka'ni iotohétston tentéhsewe, tóhsa akó:ren ieia'tákta niaháhse táhnon ia'satewennáta ne Telehealth Kaniatari:io ne 1-866-797-0000 tóka'ni ia'sheiatewennáta'ahs ne ata'karitétsheera rotiioténion ákta tsi tehsi:teron (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).
Shehró:ri:

- nahò:ten sattó:ka's
- tsi nón:we tesatawenriéhon tóka'ni sen'terontáhkwen
- tóka' ákta ieséhton ne katshé:nen (ne karihwaráhton, sakwáhthon tsi thonatenahskwakè:rons) tóka'ni ieia'tákta ieséhton né:ne iakononhwáktani

Tóka' sattó:ka's tsi sanonhwáktani tsi nikari:wes teká:tens tsià:ti Koráhne iáhse tóka'ni nó:nen aontahsatatià:thewe, sheiahronkhà:ten ne teká:tens iekhwahérha tóka'ni ne Koráhne teierihstiiákstha iakoio'ténion.

Sató:kenhs ne teiontawénries iakohronkha'tén:ni ne aorihwà:ke ne 2019 novel coronavirus tsi nón:we ne travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china.

Oh nakátiere tóka' ónhte í:kehre tsi wa'kenhraié:na?

Tóka' othé:nen enhsáttoke né:ne 2019 novel coronavirus ionttó:ka's, sheiatewennáta'ahs ne Telehealth Kaniatari:io ne aiesa'nikonhrawihon 1-866-797-0000 tóka'ni sheiatewennáta'ahs ne ata'karitétsheera rotiioténion ákta tsi tehsi:teron (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

Orihwí:io sewennò:rok ne nahò:ten sattó:ka's táhnon tsi nón:we tesatawenriéhon, ne ò:ni tsi niiohwentsiò:tens sakwáhthon. Tóka' tesatonhwentsiò:ni óksa taiesáhsnie'ne, ia'satewennáta 911 táhnon sewennò:rok tsi nón:we tesatawenriéhon táhnon nahò:ten sattó:ka's.

$$L^u P P \Delta \cdot \triangleright P L \Delta \cdot \supset$$

2019 年 12 月 31 日 (COVID-19)

[illegible]

၂၀၁၉ ခုနှစ် (COVID-19)?

ፕላን ምረቃውን የሚያስፈልጉትን ምርት ለማሳመን ማድረግ ይቻላል፡፡ ለምሳሌ፡፡ የፕላን ምረቃውን የሚያስፈልጉትን ምርት ለማሳመን ማድረግ ይቻላል፡፡

▷ ၇. 2019 ပြန်လည်ရောက်ရှိလာသော (COVID-19) သွက်ဖွားအန္တရာယ်နှင့် ပြင်းထန်စွာ ဂရုစိုက်မှုဖြင့်
ပြည်သူများ၏ သေဆုံးမှုနှုန်း (သေဆုံးမှုနှုန်း) ကို လျှော့ချပေးပါ။

7b.- 737.3 Δ Λ^c 25, 2020 Γ Δ Λ σⁿC^c Δ Δ.7 bP P9σΓ- ∇Δ_qΛ_σ- ▷∇.σ ▷L ▷³U³Δ_Δ.

© 2019 ProQuest, Inc. All rights reserved. Ontario.ca/coronavirus.

◁σ▷ ▽ℓ▷ℓ▷▷ℓ▷σ▷·\?

$$\Delta_{\mathbf{a}} L^2 \Gamma^{\parallel} \triangleright_{\mathbf{a}} \sigma \triangleleft_{\cdot} \triangleright \nabla \mathbf{b} \cdot \mathbf{a} \wedge - \nabla \gamma d \Gamma^2 \Gamma^{\parallel} \triangleright_{\mathbf{a}} \sigma \triangleleft_{\cdot} \cdot - \supset \mathbf{b} \triangleright \triangleright \mathbf{C} \mathbf{P} d L^2 \Gamma^{\parallel} \triangleright \triangleright \Gamma_{\mathbf{a}} d \mathbf{C} \mathbf{P} \gamma \triangleright \triangleleft \mathbf{P} d \mathbf{b} \Delta \cdot$$

$$\Delta_{\mathbf{a}} L^2 \Gamma^{\parallel} \triangleright_{\mathbf{a}} \triangleright - \nabla \mathbf{b} \cdot \Gamma_{\mathbf{a}} L \triangleleft_{\cdot} - \mathbf{P} \Gamma L L \Gamma^{\parallel} \triangleright_{\mathbf{a}} \sigma \triangleleft_{\cdot} \triangleright, \supset \mathbf{b} \triangleright:$$

- $\rho_{\text{H}^+} \approx 10^{-10} \text{ g cm}^{-3}$
- $\rho_{\text{C}} \approx 10^{-12} \text{ g cm}^{-3}$
- $\nabla b \approx \nabla \rho \approx \rho C_{\text{a}} \approx 10^{-11} \text{ g cm}^{-3}$

[illegible]

¹ <https://www.ontario.ca/coronavirus> accessed 17 May 2020.

- መከላከል "ልጅ" ምኒስጥራት 2019 የጥያቄ ለውጥ?

- $\Gamma^A C^B \Delta \vdash \Gamma \sigma \rightarrow \sigma \wedge$
- $\Delta \vdash \sigma \rightarrow \Gamma \vdash \Gamma^A C^B \Delta \vdash b \sigma \rightarrow \sigma$
- $\Delta \vdash \Gamma \rightarrow \Delta \vdash \sigma \rightarrow \Gamma \vdash \Gamma^A C^B \Delta \vdash b \sigma \rightarrow \sigma$

◀σ³ ρ⊂CL³ ▷³Γ◀δ²λ³ Γб.- <<Γλλ³ ε³C Λρ∇.γ³?

travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china.

◁σ▷ ρ▷CL▷ P^uΛ▷ Δ▷CL▷ ∇Δ▷Λ^z▷ ▷∇.?

P^uΛ³ Δ_{qL} ³Γ^{||}▷³ bΔJ⁵σ⁴◁¹, 2019 PΓ◁Pdb◁◁Λ◁Δ³, ΔJ³▷³ U[≠]∇^{||}∇^{≠/} ▷³U[≠]Δ⁴▷L 1-866-797-0000 ◁³C ΔJ³▷³ PL^uPPΔ◁bΓ⁴

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

[illegible]

$P^u \wedge \supset \neg L \neg \text{ a } C \nabla \cdot C L \supset L^u P P \Delta \cdot r'' \Delta d \Delta \cdot \supset \Delta \text{ a } q \cdot <'' \triangleleft \supset 911 \nabla b \cdot \Delta \cdot C \supset b P \Delta \text{ s } \supset \Gamma \text{ a } P \cap \text{ a } L r'' \triangleright \Delta \cdot \text{ a } \supset.$

Ministerstwo Zdrowia

Nowy koronawirus 2019 (COVID-19)

W dniu 31 grudnia 2019 r. organy ds. opieki zdrowotnej w chińskim mieście Wuhan zgłosiły przypadki niezdiagnozowanego wirusowego zapalenia płuc. Jako przyczynę podano potwierdzone wystąpienie nowego koronawirusa, znanego jako nowy koronawirus 2019 lub COVID-19, który nie był wcześniej identyfikowany u ludzi.

Czym jest nowy koronawirus 2019 (COVID-19)?

Koronawirusy stanowią wielką rodzinę wirusów, które mogą wywoływać choroby od zwykłego przeziębienia do poważniejszych przypadków zakażenia układu oddechowego, takich jak zapalenie oskrzeli, zapalenie płuc, bądź też syndrom poważnego zakażenia układu oddechowego (SARS).

Nowy koronawirus 2019 (COVID-19), powoduje zakażenie układu oddechowego, które wystąpiło początkowo w chińskiej prowincji Hubei (w mieście Wuhan).

Pierwszy domniemany przypadek wystąpienia takiego zakażenia w Ontario zidentyfikowany został 25 stycznia 2020 roku.

Aby zasięgnąć więcej informacji na temat nowego koronawirusa 2019, proszę odwiedzić stronę [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus).

Jakie są objawy zakażenia?

Objawy mogą być łagodne – podobne do występujących przy grypie oraz innych zakażeniach dróg oddechowych – aż po ciężkie i obejmujące:

- gorączkę
- kaszel
- utrudnione oddychanie

Powikłania po zakażeniu nowym koronawirusem 2019 mogą powodować poważne komplikacje zdrowotne, jak zapalenie płuc lub niewydolność nerek, a w niektórych przypadkach zgon.

Jeśli Twoje objawy wydają się poważniejsze niż odczuwane przy zwykłym przeziębieniu (na przykład występuje gorączka, kaszel czy duszności) oraz przebywałeś(-aś) w zagrożonym obszarze¹ przez 14 dni od momentu zauważenia objawów, to zadzwoń do Telehealth Ontario pod numer 1-866-797-0000 albo skontaktuj się ze swoją lokalną przychodnią zdrowia publicznego (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Opowiedz koniecznie o swoich objawach i przebytej podróży oraz wymień kraje, które odwiedziłeś(-aś).

Jeśli powracasz z obszaru dotkniętego zakażeniem, to należy odizolować się na okres 14 dni. Być może naraziłeś(-aś) się na kontakt z nowym wirusem 2019 podczas swoich podróży, zatem pozostawanie w domu i ograniczenie kontaktów z innymi osobami może pomóc w zapobiegnięciu dalszego przenoszenia choroby. Proszę skontaktować się ze swoją lokalną przychodnią zdrowia publicznego (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

W razie konieczności uzyskania natychmiastowej pomocy medycznej należy zadzwonić pod 911 i powiedzieć o odbywanych podróżach oraz objawach.

Jak przenosi się wirus?

Koronawirusy przenoszą się głównie między ludźmi przy bliskim kontakcie, na przykład w domu, miejscu pracy lub ośrodku opieki zdrowotnej.

W jaki sposób mogę chronić siebie przed zakażeniem nowym koronawirusem 2019?

Nie opracowano szczepionki do ochrony przed nowym koronawirusem 2019.

¹ Aby dowiedzieć się o zagrożonych obecnie obszarach proszę nawiązać do strony [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus).

Istnieje codzienna profilaktyka zakażeń, która może pomóc w rozprzestrzenieniu się zarazków powodujących choroby układu oddechowego. Takie codzienne czynności redukujące możliwość zakażenia wirusem oraz ochrony zdrowia, to:

- częste mycie rąk przy użyciu mydła i wody lub płynu odkażającego na bazie alkoholu
- kierowanie kichnięć i kaszlu do zgiętego w łokciu rękawa
- unikanie dotykania oczu, nosa i ust
- unikanie bliskiego kontaktu z chorymi osobami
- pozostawanie w domu w razie zachorowania

W przypadku odbywania podróży do obszarów gdzie wystąpiły przypadki koronawirusa, należy unikać:

- odwiedzania miejsc o wysokim ryzyku występowania wirusa, takich jak gospodarstwa rolne, rynki z żywymi zwierzętami oraz miejsc, w których prowadzony jest ubój zwierząt
- kontaktu ze zwierzętami (żywymi lub martwymi), w tym świniami, kurami, kaczkami oraz dzikim ptactwem
- miejsc z odchodami zwierzęcymi lub znajdującymi się na nich wydzielinami

Czy mogę uzyskać leczenie z powodu nabytego nowego koronawirusa 2019?

Nie istnieje określone leczenie koronawirusów i nie ma szczepionki zabezpieczającej przed koronawirusami. Większość osób z chorobami wywołanymi przez zwykły ludzki koronawirus odzyskuje zdrowie.

Powinieneś (powinnaś):

- pić dużo płynów
- możliwie jak najwięcej odpoczywać i spać
- włączyć nawilżacz powietrza lub wziąć gorący prysznic łagodzący bolące gardło lub kaszel

Co zrobić jeśli czuję się chory(-a) podczas podróży albo po powrocie?

Jeśli czujesz się chory(-a) podczas podróży albo po powrocie, unikaj kontaktu z innymi osobami oraz zadzwoń do Telehealth Ontario pod numer 1-866-797-0000 albo skontaktuj się ze swoją lokalną przychodnią zdrowia publicznego (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Powiedz im:

- o swoich objawach
- gdzie podróżowałeś(-aś) lub mieszkałeś(-aś)
- czy miałeś(-aś) bezpośredni kontakt ze zwierzętami (na przykład na targu zwierząt) albo bliski kontakt z chorą osobą

Jeśli czujesz się chory(-a) podczas lotu do Kanady albo po przybyciu, poinformuj o tym stewardesę lub kanadyjskiego urzędnika służb granicznych.

Zapoznaj się z doradztwem dotyczącym podróży w związku z nowym koronawirusem 2019 na stronie travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china.

Co należy zrobić jeśli sądzę, że mam wirusa?

Jeśli zobaczysz objawy nowego koronawirusa 2019, to zadzwoń do Telehealth Ontario po poradę medyczną na numer 1-866-797-0000 albo skontaktuj się ze swoją lokalną przychodnią zdrowia publicznego (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

Opowiedz koniecznie o swoich objawach i przebytej podróży oraz wymień kraje, które odwiedziłeś(-aś).

W razie konieczności uzyskania natychmiastowej pomocy medycznej należy zadzwonić pod 911 i powiedzieć o odbywanych podróżach oraz objawach.

Ministério da Saúde

Novo coronavírus 2019 (COVID-19)

No dia 31 de dezembro de 2019, casos de uma pneumonia viral não diagnosticada foram relatados por autoridades de saúde em Wuhan, na China. A causa foi confirmada como sendo o novo coronavírus, conhecido como o novo coronavírus 2019 ou COVID-19, que nunca havia sido identificado em seres humanos.

O que é o novo coronavírus 2019 (COVID-19)?

Os coronavírus são uma grande família de vírus que podem causar doenças que variam entre o resfriado comum e infecções respiratórias mais graves, como bronquite, pneumonia ou síndrome respiratória aguda grave (SARS).

O novo coronavírus 2019 (COVID-19) causa uma infecção respiratória que teve origem na província de Hubei (Wuhan), na China.

O primeiro caso presuntivo dessa infecção em Ontário foi identificado no dia 25 de janeiro de 2020.

Para saber mais sobre o novo coronavírus 2019, acesse o site [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus).

Quais são os sintomas?

Os sintomas vão dos mais leves – como gripe e outras infecções respiratórias comuns – aos mais graves, e podem incluir:

- febre;
- tosse;
- dificuldade para respirar.

As complicações do novo coronavírus 2019 podem incluir vários problemas, como pneumonia ou insuficiência renal, e, em alguns casos, podem levar à morte.

Se os seus sintomas parecem ser piores do que os de um resfriado comum (por exemplo, febre, tosse e dificuldade para respirar) e se você tiver viajado uma região afetada¹ no período de 14 dias antes do aparecimento dos sintomas, ligue para Telehealth Ontario pelo número 1-866-797-0000, ou entre em contato com a unidade de saúde pública local (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Não deixe de mencionar seus sintomas e seu histórico de viagens, incluindo os países que você visitou.

Se você tiver retornado de uma área afetada, você pode precisar ficar em autoisolamento por 14 dias. Você pode ter sido exposto ao novo coronavírus 2019 durante suas viagens, e ficar em casa, limitando seu contato com outras pessoas, pode ajudar a evitar a transmissão. Entre em contato com sua unidade de saúde pública local (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) para receber mais orientações.

Se você precisar de cuidados médicos imediatos, ligue para 911 e mencione seu histórico de viagens e seus sintomas.

Como o vírus é transmitido?

Os coronavírus são transmitidos principalmente por contato interpessoal próximo, por exemplo, na mesma casa, no local de trabalho ou no centro de saúde.

Como eu posso me proteger contra o novo coronavírus 2019?

Não existem vacinas disponíveis para proteger contra o novo coronavírus 2019.

Existem ações rotineiras que podem ajudar a evitar a transmissão de germes que causam doenças respiratórias. Adote essas medidas diárias para reduzir a exposição ao vírus e proteger sua saúde:

¹ Consulte as regiões afetadas atualmente no site Ontario.ca/coronavirus.

- lave suas mãos com água e sabão, ou limpe com álcool gel, frequentemente;
- espirre e tussa nas mangas de suas roupas;
- evite tocar seus olhos, seu nariz ou sua boca;
- evite contato com pessoas doentes;
- fique em casa se estiver doente.

Se você estiver trabalhando em uma região que tem casos conhecidos de coronavírus, evite:

- áreas de alto risco, tais como fazendas, mercados com animais vivos e áreas onde possa haver abate de animais;
- contato com animais (vivos ou mortos), incluindo porcos, galinhas, patos e aves selvagens;
- superfícies com excrementos ou secreções de animais.

Posso receber tratamento para o novo coronavírus 2019?

Não há tratamentos específicos para coronavírus, e não existe vacina que proteja contra os coronavírus. A maioria dos portadores de doenças humanas causadas pelo coronavírus se recupera por conta própria.

Você deve:

- beber bastante líquido;
- descansar e dormir o máximo que puder;
- usar um umidificador ou tomar uma ducha quente para ajudar a melhorar a dor de garganta e a tosse.

O que devo fazer se ficar doente durante uma viagem ou quando retornar?

Se você ficar doente durante uma viagem ou quando retornar, evite o contato com outras pessoas e ligue para Telehealth Ontario pelo número 1-866-797-0000 ou

entre em contato com a unidade de saúde pública

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Informe:

- seus sintomas;
- para onde você estava viajando ou onde você estava morando;
- se você teve contato direto com animais (por exemplo, se você visitou um mercado de animais vivos) ou contato próximo com alguém doente.

Se você ficar doente durante seu voo para o Canadá ou ao chegar, informe o comissário de bordo ou um funcionário da imigração do Canadá

Saiba mais sobre os alertas de viagem relacionados ao novo coronavírus 2019 no site travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china.

O que eu devo fazer se achar que estou com o vírus?

Se você apresentar sintomas do novo coronavírus 2019, procure orientação médica ligando para Telehealth Ontario pelo número 1-866-797-0000 ou entre em contato com a unidade de saúde pública local

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

Não deixe de mencionar seus sintomas e seu histórico de viagens, incluindo os países que você visitou.

Se você precisar de cuidados médicos imediatos, ligue para 911 e mencione seu histórico de viagens e seus sintomas.

ਮਿਨਿਸਟ੍ਰੀ ਆਫ ਹੈਲਥ

2019 ਨਾਵਲ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ (COVID-19)

31 ਦਸੰਬਰ, 2019 ਨੂੰ ਵੂਹਾਨ, ਚੀਨ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਇੱਕ ਤਸ਼ਖੀਸ ਨਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਵਾਇਰਲ ਨਮੂਨੀਆ ਦੇ ਕੇਸ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੇ ਗਏ। ਕਾਰਨ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਹੋਣ ਵਜੋਂ ਕੀਤੀ ਗਈ, ਜਿਸ ਨੂੰ 2019 ਨਾਵਲ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਜਾਂ COVID-19 ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਪਛਾਣ ਮਨੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ।

2019 ਨਾਵਲ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ (COVID-19) ਕੀ ਹੈ?

ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਵਾਇਰਸਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਆਮ ਜੁਕਾਮ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਸਾਹ ਸੰਬੰਧੀ ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਰੋਂਕਾਈਟਸ (bronchitis), ਨਮੂਨੀਆ ਜਾਂ ਸਾਹ ਸੰਬੰਧੀ ਗੰਭੀਰ ਤੀਬਰ ਸਿੰਡਰੋਮ (severe acute respiratory syndrome - SARS), ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

2019 ਨਾਵਲ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ (COVID-19) ਕਰਕੇ ਇੱਕ ਸਾਹ ਸੰਬੰਧੀ ਵਿਗਾੜ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਹੂਬੇ ਪ੍ਰਾਂਤ (ਵੂਹਾਨ), ਚੀਨ ਵਿੱਚ ਹੋਈ।

ਓਨਟੈਰੀਓ ਵਿੱਚ ਇਸ ਵਿਗਾੜ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਸੰਭਾਵਤ ਕੇਸ ਦੀ ਪਛਾਣ 25 ਜਨਵਰੀ, 2020 ਨੂੰ ਕੀਤੀ ਗਈ।

2019 ਨਾਵਲ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus) ਤੇ ਜਾਓ।

ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

ਲੱਛਣ ਹਲਕੇ – ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫਲੂ ਅਤੇ ਸਾਹ ਸੰਬੰਧੀ ਹੋਰ ਆਮ ਵਿਗਾੜਾਂ – ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਤੱਕ ਰੋਜ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਬੁਖਾਰ
 - ਖੰਘ
 - ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ
-

2019 ਨਾਵਲ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਮੂਨੀਆ ਜਾਂ ਗੁਰਦਿਆਂ ਦਾ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਣਾ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਮੌਤ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲੱਛਣ ਆਮ ਜੁਕਾਮ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਬੁਖਾਰ, ਖੰਘ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ) ਤੋਂ ਬਦਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ 14 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਖੇਤਰ ¹ ਤੱਕ ਸਫਰ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਟੈਲੀਹੈਲਥ ਓਨਟੈਰਿਓ ਨੂੰ 1-866-797-0000 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਦੌਰਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮੁਲਕਾਂ ਸਮੇਤ, ਆਪਣੇ ਸਫਰ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਖੇਤਰ ਤੋਂ ਵਾਪਸ ਆਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਸੰਭਵ ਹੈ ਤੁਹਾਨੂੰ 14 ਦਿਨਾਂ ਵਾਸਤੇ ਖੁਦ ਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵੱਖਰਾ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ। ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਯਾਤਰਾਵਾਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡਾ ਸੰਪਰਕ 2019 ਨਾਵਲ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਹੋ ਗਿਆ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਘਰ ਰਹਿਣਾ ਅਤੇ ਦੂਸਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਨੂੰ ਸੀਮਿਤ ਕਰਨਾ ਹੋਰ ਫੈਲਾਉ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਲਾਹ ਵਾਸਤੇ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੋਰੀ ਮੈਡੀਕਲ ਤਵੱਜੋ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ 911 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਫਰ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਵਾਇਰਸ ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ?

ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਮੁੱਖ ਤੌਰ ਤੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੰਪਰਕ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਸਰੇ ਤੱਕ ਫੈਲਦੇ ਹਨ, ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਇੱਕ ਘਰ, ਕੰਮ ਦੇ ਸਥਾਨ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਸੈਂਟਰ ਵਿੱਚ।

¹ ਵਰਤਮਾਨ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਖੇਤਰਾਂ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ Ontario.ca/coronavirus ਦੇਖੋ।

ਮੈਂ 2019 ਨਾਵਲ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਵਿਰੁੱਧ ਆਪਣੀ ਰੱਖਿਆ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

2019 ਨਾਵਲ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਵਿਰੁੱਧ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਕੋਈ ਵੈਕਸੀਨ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਅਜਿਹੇ ਰੋਜ਼ਮੱਰਾ ਅਮਲ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਸਾਹ ਸੰਬੰਧੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਦੇ ਫੈਲਾਉ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਇਹ ਰੋਜ਼ਮੱਰਾ ਕਦਮ ਚੁੱਕੋ:

- ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਅਲਕੋਹਲ ਅਧਾਰਤ ਹੱਥਾਂ ਦੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਨਾਲ ਅਕਸਰ ਧੋਵੋ
- ਆਪਣੀ ਕਪੜੇ ਦੀ ਬਾਂਹ ਵਿੱਚ ਛਿੱਕੋ ਅਤੇ ਖੰਘੋ
- ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ, ਨੱਕ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਤੋਂ ਬਚੋ
- ਬਿਮਾਰ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਬਚੋ
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਤਾਂ ਘਰ ਰਹੋ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੇ ਕੇਸ ਹੋਣ ਲਈ ਗਿਆਤ ਖੇਤਰ ਤੱਕ ਸਫਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ:

- ਉੱਚ-ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫਾਰਮ, ਜ਼ਿੰਦਾ ਜਾਨਵਰਾਂ ਵਾਲੇ ਬਾਜ਼ਾਰ ਅਤੇ ਅਜਿਹੇ ਖੇਤਰ ਜਿਥੇ ਸੰਭਵ ਹੈ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਜਾਨਵਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ (ਜ਼ਿੰਦਾ ਜਾਂ ਮਰੇ ਹੋਏ), ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਸੂਰ, ਮੁਰਗੀਆਂ, ਬੱਤਖਾਂ ਅਤੇ ਜੰਗਲੀ ਪੰਛੀ
- ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀਆਂ ਟੱਟੀਆਂ ਜਾਂ ਦੂਵਾਂ ਵਾਲੇ ਸਤਹ

ਕੀ ਮੈਂ 2019 ਨਾਵਲ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਵਾਸਤੇ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ?

ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸਾਂ ਵਾਸਤੇ ਕੋਈ ਖਾਸ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਅਜਿਹੀ ਕੋਈ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਆਮ ਮਨੁੱਖੀ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਆਪ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਣਗੇ।

ਤੁਹਾਨੂੰ:

- ਕਾਫੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ
- ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋਏ ਆਰਾਮ ਅਤੇ ਨੀਂਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ
- ਦੁਖਦੇ ਗਲੇ ਜਾਂ ਖੰਘ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਸਤੇ ਹਯੁਮਿਡੀਫਾਇਅਰ ਜਾਂ ਗਰਮ ਸ਼ਾਵਰ ਅਜ਼ਮਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਜੇ ਮੈਂ ਸਫਰ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਮੇਰੇ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਫਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਜਾਂ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਟੈਲੀਹੈਲਥ ਓਨਟੈਰੀਓ ਨੂੰ 1-866-797-0000 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ:

- ਆਪਣੇ ਲੱਛਣ
- ਤੁਸੀਂ ਕਿਥੇ ਸਫਰ ਕਰ ਰਹੇ ਜਾਂ ਰਹਿ ਰਹੇ ਸੀ
- ਜੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿੱਧਾ ਸੰਪਰਕ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਜ਼ਿੰਦਾ ਜਾਨਵਰਾਂ ਵਾਲੇ ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿੱਚ ਗਏ ਸੀ) ਜਾਂ ਬਿਮਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੰਪਰਕ ਹੋਇਆ ਹੈ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੇਡਾ ਤੱਕ ਆਪਣੀ ਉਡਾਨ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਪਹੁੰਚਣ ਤੇ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਫਲਾਇਟ ਅਟੈਂਡੰਟ ਜਾਂ ਕਨੇਡੀਅਨ ਬਾਡਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਇੱਕ ਅਫਸਰ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ।

travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china. ਤੇ 2019 ਨਾਵਲ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਸਫਰ ਸਲਾਹਕਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ।

ਜੇ ਮੈਂ ਸੋਚਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਹੈ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ 2019 ਨਾਵਲ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੇ ਲੱਛਣ ਵਿਕਸਤ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਮੈਡੀਕਲ ਸਲਾਹ ਲਈ ਟੈਲੀਹੈਲਥ ਓਨਟੈਰਿਓ ਨੂੰ 1-866-797-0000 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)

ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਦੌਰਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮੁਲਕਾਂ ਸਮੇਤ, ਆਪਣੇ ਸਫਰ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੌਰੀ ਮੈਡੀਕਲ ਤਵੱਜੋ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ, 911 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਫਰ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰੋ।

Ministerul Sănătății

Noul coronavirus 2019 (COVID-19)

În 31 decembrie 2019 cazuri de o pneumonie virală nediagnosticată au fost raportate de autoritățile medicale în Wuhan, China. Cauza a fost confirmată ca fiind un nou coronavirus, cunoscut ca noul coronavirus din 2019 sau COVID-19, care nu a fost anterior identificat la oameni.

Ce este noul coronavirus 2019 (COVID-19) ?

Coronaviruşii sunt o mare familie de viruşi care pot cauza boli care variază de la o simplă răceală la infecții respiratorii mai grave, precum bronșita, pneumonia sau sindromul respirator acut sever (SARS).

Noul coronavirus 2019 (COVID-19) provoacă o infecție respiratorie, care a avut originea în provincia Hubei (Wuhan), China.

Primul caz al acestei infecții în Ontario a fost identificat în 25 ianuarie 2020.

Pentru a afla mai multe despre noul coronavirus 2019, vizitați
[Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus).

Care sunt simptomele?

Simptomele variază de la moderate – precum gripa și alte infecții respiratorii comune – la severe și pot include:

- febră
- tuse
- dificultăți în respirație

Complicațiile cauzate de noul coronavirus 2019 pot include boli grave, precum pneumonia sau insuficiența renală și în unele cazuri, decesul.

Dacă simptomele dvs. sunt mai grave decât o răceală obișnuită (de exemplu, febră, tuse, dificultăți în respirație) **și** ați călătorit într-o zonă afectată ¹ cu 14 zile înainte de debutul simptomelor, sunați la Telehealth Ontario la tel. 1-866-797-0000 sau contactați unitatea de sănătate publică locală (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Menționați simptomele dvs. și istoricul călătoriei dvs., inclusiv țările pe care le-ați vizitat.

Dacă v-ați întors dintr-o zonă afectată, trebuie să vă izolați timp de 14 zile. Este posibil să fi fost expuși la noul coronavirus 2019 în timpul călătoriilor dvs. și rămânerea la domiciliu și limitarea contactului cu alte persoane poate ajuta la prevenirea răspândirii bolii. Vă rugăm să contactați unitatea de sănătate publică locală (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) for advice.

Dacă aveți nevoie de îngrijire medicală imediată, trebuie să sunați la 911 și să menționați istoricul călătoriilor dvs. și simptomele dvs.

Cum se răspândește virusul?

Coronaviruşii se răspândesc în principal de la o persoană la alta prin contactul apropiat, de exemplu, într-o gospodărie, loc de muncă sau centru medical.

Cum mă pot proteja de noul coronavirus 2019?

Nu există niciun vaccin disponibil pentru a vă proteja de noul coronavirus 2019.

Există măsuri de zi cu zi care pot ajuta la prevenirea răspândirii germenilor care produc boli respiratorii. Luați aceste măsuri zilnice pentru a reduce expunerea la virus și a vă proteja sănătatea:

- spălați-vă pe mâini des cu săpun și apă sau cu săpun de mâini pe bază de alcool
- strănutați și tușiți în mânecile dvs.

¹ Vă rugăm să consultați [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus) pentru zonele afectate actuale.

- evitați atingerea ochilor, nasului sau gurii dvs.
- evitați contactul cu persoane care sunt bolnave
- stați la domiciliu dacă sunteți bolnav(ă)

Dacă ați călătorit într-o zonă cunoscută ca având cazuri de coronavirus, asigurați-vă că evitați:

- zone de mare risc, precum ferme, piețe de animale vii și zone în care animalele pot fi ucise
- contactul cu animale (vii sau moarte), inclusiv porci, pui, rațe și păsări sălbatice
- suprafețe cu excremente de animale sau secreții pe ele

Pot primi tratament pentru noul coronavirus 2019?

Nu există tratamente speciale pentru coronavirus și nu există niciun vaccin care să vă protejeze împotriva coronavirusilor. Majoritatea persoanelor cu boli obișnuite cauzate de coronavirusul la om se vor vindeca singure.

Trebuie să:

- beți multe lichide
- să vă odihniți și dormiți cât mai mult posibil
- să încercați un umidificator sau un duș fierbinte pentru a ajuta la durerea de gât sau tuse

Ce se întâmplă dacă mă simt rău în timpul călătoriei sau după ce mă întorc acasă?

Dacă vă simțiți rău când călătoriți sau după ce vă întoarceți din călătorie, evitați contactul cu alte persoane și sunați la:

Telehealth Ontario la tel. 1-866-797-0000 sau contactați unitatea de sănătate publică locală

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Comunicați-le:

- simptomele dvs.
- unde ați călătorit sau locuit
- dacă ați avut contact direct cu animale (de exemplu, ați vizitat o piață de animale vii) sau contactul apropiat cu o persoană bolnavă

Dacă vă simțiți rău în timpul zborului dvs. spre Canada sau la sosire, vă rugăm să informați însoțitorul de zbor sau un ofițer vamal canadian.

Aflați despre anunțurile de călătorie cu privire la noul coronavirus 2019 la: travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china.

Ce trebuie să faceți dacă credeți că ați luat virusul?

Dacă dezvoltăți simptomele noului coronavirus 2019, sunați la Telehealth Ontario pentru sfaturi medicale la tel. 1-866-797-0000 sau contactați unitatea de sănătate publică locală:

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

Menționați simptomele dvs. și istoricul călătoriei dvs., inclusiv țările pe care le-ați vizitat.

Dacă aveți nevoie de îngrijire medicală imediată, sunați la 911 și menționați istoricul călătoriilor dvs. și simptomele dvs.

Министерство здравоохранения

Новый коронавирус 2019 года (COVID-19)

31 декабря 2019 года органы здравоохранения в Ухане (Китай) сообщили о случае недиагностированной вирусной пневмонии. Причиной был новый коронавирус 2019 года или COVID-19, который ранее не обнаруживался у людей.

Что такое новый коронавирус 2019 года (COVID-19)?

Коронавирусы представляют собой большое семейство вирусов, которые могут вызывать заболевания, начиная от простуды и заканчивая более серьезными респираторными инфекциями, такими как бронхит, пневмония или тяжелый острый респираторный синдром (ТОРС).

Новый коронавирус 2019 года (COVID-19) вызывает респираторную инфекцию, возникшую в провинции Хубэй (Ухань), Китай.

Первый предполагаемый случай заражения этой инфекцией в провинции Онтарио был выявлен 25 января 2020 года.

Дополнительная информация о новом коронавирусе 2019 года представлена на веб-сайте [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus).

Каковы симптомы коронавируса?

Симптомы варьируются от легких – сходных с симптомами гриппа и других распространенных респираторных инфекций – до тяжелых и могут включать:

- повышенную температуру
- кашель

- затрудненное дыхание

Осложнения нового коронавируса 2019 года могут включать серьезные заболевания, такие как пневмония или почечная недостаточность, а в некоторых случаях смерть.

Если ваши симптомы тяжелее, чем симптомы обычной простуды (например, жар, кашель, затрудненное дыхание), **и** вы были в опасной зоне¹ в течение 14 дней до появления симптомов, позвоните в службу Telehealth Ontario по телефону 1-866-797-0000 или обратитесь в местное медицинское учреждение (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

Обязательно сообщите о своих симптомах и о том, куда вы ездили, включая страны, которые вы посетили.

Если вы возвращаетесь из опасного района, вам может потребоваться самоизоляция в течение 14 дней. Возможно, вы подверглись воздействию нового коронавируса 2019 года во время своей поездки, и если вы остаетесь дома, ограничение контактов с другими людьми может помочь предотвратить дальнейшее распространение. Пожалуйста, обратитесь в местный отдел общественного здравоохранения (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) за советом.

Если вам срочно нужна медицинская помощь, позвоните по номеру 911 и сообщите о том, куда вы ездили, и о своих симптомах.

Как распространяется вирус?

Коронавирусы передаются главным образом от человека к человеку при тесном контакте, например, в семье, на рабочем месте или в медицинском центре.

¹ Карта опасных зон представлена на веб-сайте Ontario.ca/coronavirus.

Как я могу защититься от нового коронавируса 2019 года?

Вакцины для защиты от нового коронавируса 2019 года не существует.

Существуют ежедневные действия, которые могут помочь предотвратить распространение микробов, вызывающих респираторные заболевания. Принимайте следующие ежедневные меры, чтобы уменьшить риск заражения вирусом и защитить свое здоровье:

- мойте руки водой с мылом или спиртосодержащим дезинфицирующим средством для рук
- чихайте и кашляйте в рукав
- старайтесь не трогать руками глаза, нос или рот
- избегайте контакта с больными людьми
- оставайтесь дома, если вы заболели

Если вы едете в районы, где выявлены случаи заражения коронавирусом, обязательно избегайте:

- мест высокого риска, включая фермы и рынки, где продаются живые животные, и места, где может происходить забой животных
- контакта с животными (живыми или мертвыми), включая свиней, кур, уток и диких птиц
- поверхностей, где присутствуют экскременты животных или их выделения

Существует ли лекарство от нового коронавируса 2019 года?

Специальных лекарств для лечения коронавирусов нет, и вакцины, защищающей от коронавирусов, также не существует. Большинство людей с обычными заболеваниями, вызванными коронавирусом человека, выздоравливают самостоятельно.

Вы должны:

- пить много жидкости
- отдыхать и спать как можно больше
- пользоваться увлажнителем воздуха или включать душ и дышать горячим паром, чтобы уменьшить боль в горле или кашель

Что делать, если я почувствую себя плохо во время поездки или после возвращения?

Если вы заболели во время поездки или после возвращения, избегайте контактов с другими людьми и звоните в службу Telehealth Ontario по телефону 1-866-797-0000 или обращайтесь в местное медицинское учреждение (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Сообщите следующее:

- ваши симптомы
- куда вы ездили или где жили
- был ли у вас прямой контакт с животными (например, ходили ли вы на рынок, где продаются живые животные) или непосредственный контакт с больным человеком

Если вы почувствуете себя плохо во время полета в Канаду или по прибытии, сообщите об этом бортпроводнику или сотруднику канадской пограничной службы.

Ознакомьтесь с рекомендациями туристам в связи с новым коронавирусом 2019 года на веб-сайте travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china.

Что делать, если мне кажется, что я заразился (заразилась) вирусом?

Если у вас появились симптомы нового коронавируса 2019 года, позвоните в службу Telehealth Ontario для получения медицинской консультации по

телефону 1-866-797-0000 или обратитесь в местное медицинское учреждение (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

Обязательно сообщите о своих симптомах и о том, куда вы ездили, включая страны, которые вы посетили.

Если вам срочно нужна медицинская помощь, позвоните по номеру 911 и сообщите о том, куда вы ездили, и о своих симптомах.

卫生厅

2019 年新型冠状病毒 (COVID-19)

2019年12月31日，中国武汉卫生部门报告了一种未确诊的病毒性肺炎病例。致病原因被确认为一种新的冠状病毒，被称为2019年新型冠状病毒或COVID-19，此前尚未在人类中发现。

2019年新型冠状病毒 (COVID-19) 是什么？

冠状病毒是一族为数众多的病毒，可导致从普通感冒到更严重的呼吸道感染，如支气管炎、肺炎或严重急性呼吸系统综合症 (SARS) 等疾病。

2019年新型冠状病毒 (COVID-19) 导致了一种源于中国湖北省（武汉）的呼吸道感染。

2020年1月25日，安大略省发现了这种感染的首例推定病例。

如需更多了解关于**2019年新型冠状病毒**的信息，请访问[Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus)。

有哪些症状？

症状从轻度（如流感和其他常见呼吸道感染）到重度不等，其中包括：

- 发热
- 咳嗽
- 呼吸困难

2019年新型冠状病毒的并发症可能包括一些严重的疾病，如肺炎或肾衰竭，在某些情况下，还可能导致死亡。

如果您的症状比普通感冒更严重（例如发烧、咳嗽、呼吸困难），并且您在症状出现起往前推算 14 天内曾经前往疫区¹，请拨打安省健康热线 (Telehealth Ontario) 1-866-797-0000，或联系您当地的公共卫生部门

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)。请一定要说明您的症状和旅行经历，包括您去过哪些国家。

如果您从疫区返回，您需要自我隔离 14 天。因为您可能在旅行途中接触了 2019 年新型冠状病毒，在家隔离并减少与他人的接触有助于防止病毒进一步扩散。详情请咨询您当地的公共卫生部门

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)。

如果您需要立即就医，请拨打 911 并说明您的旅行经历和症状。

该病毒有哪些传播途径？

冠状病毒主要通过密切接触在人与人之间传播，例如在家庭、工作场所或医疗机构传播。

如何保护自己，避免染上 2019 年新型冠状病毒？

目前仍没有疫苗可以抵御 2019 年新型冠状病毒。

一些良好的日常习惯有助于防止导致呼吸道疾病的细菌传播。您可以每天采取以下步骤来减少病毒感染风险并保护自身健康：

- 经常用肥皂和水、或含酒精的手部清洁用品洗手
- 打喷嚏或咳嗽时用衣袖捂住口鼻
- 不要用手摸眼睛、鼻子或嘴巴
- 避免与病人接触
- 如果生病，请呆在家里

¹请访问 Ontario.ca/coronavirus 了解当前哪些地方是疫区。

如果要前往已有冠状病毒病例的地区，一定要避免：

- 高风险区域，如农场、活动物市场和可能屠宰动物的区域
- 接触动物（无论是活动物还是死动物），包括猪、鸡、鸭和野禽
- 有动物粪便或分泌物的表面

我能接受2019年新型冠状病毒的治疗吗？

冠状病毒目前还没有针对性的治疗方法，也没有预防冠状病毒的疫苗。大多数患有常见人类冠状病毒疾病的人会自行康复。

您应当：

- 大量饮水
- 尽可能多地休息并保证充足的睡眠
- 试试用加湿器或热水淋浴来缓解喉咙痛或咳嗽

如果我在旅行途中或回来后感到不适，我该怎么办？

如果您在旅行途中或回来后生病，请避免与他人接触，并拨打安省健康热线 (Telehealth Ontario) 1-866-797-0000，或联系您当地的公共卫生部门

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)。告知：

- 您的症状
- 您最近在哪些地方居住或旅行过
- 您是否直接接触过动物（例如，造访活动物市场）或与病人有过密切接触

如果您在飞往加拿大的航班上或抵达时感到不适，请告知乘务员或加拿大边境服务官员。

如需了解与2019年新型冠状病毒相关的旅行建议，请访问travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china。

如果我觉得自己感染了病毒，我该怎么办？

如果您发生2019年新型冠状病毒的症状，请拨打安省健康热线 (Telehealth Ontario) 1-866-797-0000，或联系您当地的公共卫生部门 (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)。

请一定要说明您的症状和旅行经历，包括您去过哪些国家。

如果您需要立即就医，请拨打911并说明您的旅行经历和症状。

Wasaarada Caafimaadka

2019 coronavirus cusub (COVID-19)

Diseember 31, 2019, kiisas oof wareen fayras oo aan hore loo sheegin ayay sheegeen maamulka caafimaadka Wuhan, China. Waxaa la sheegey inuu sabab u yahay coronavirus cusub, oo loo yaqaan 2019 coronavirus cusub ama COVID-19, kaas oo marka hore aan bini-aadanka lagu sheegin.

Waa maxay 2019 coronavirus cusub (COVID-19)?

Coronaviruses waxaa weeye qoysas balaadhan oo fayras ah kaas oo markaa samayn kara xanuuno ay kamid yihiin hargab ilaa caabuq neefsiga oo daran sida, oof wareenta, ama xanuun aad u daran oo neefsiga ah (SARS).

2019 coronavirus cusub (COVID-19) waxa uu keenaa caabuqa neefsiga kaas oo marka hore ka yimid gobolka Hubei (Wuhan), China.

Kiiskii ugu horeeyay ee caabuqan ee lagu arko Ontario waxa la soo sheegey Janaayo 25, 2020.

Si aad macluumaad dheeraad ah uga ogaato 2019 coronavirus cusub, booqo [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus).

Waa maxay astaamuhu?

Calaamadu way kala duwan yihiin waxa ayna noqon karaan hargab yar - daran iyo calaamado kale oo caabuqa neefsiga ah - ilaa mid daran, waxaana kamid noqon kara:

- xumad
- qufac
- neefsiga oo daran

Mushkiladaha 2019 coronavirus cusub (COVID-19) waxaa kamid noqon kara xaalad aad u daran sida oof wareenta ama kalyaha oo fadhiista, iyo mararka qaarna, dhimasho.

Haddii xaaladaadu kasii darto wixii calaamadaha hargabka (tusaale ahaan, xumad, qufac, neefsiga oo adkaada) oo aad u socdaashay meelaha caabuqu ka jiro¹ 14 ka maalmood ee xanuunku kugu bilaabmay gudahood, kala hadal Telehealth Ontario 1-866-797-0000 ama la xidhiidh qaybta caafimaadka shacabka ee deegaankaaga (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Waxa aad u sheegtaa calaamadahaaga iyo meesha aad u socdaashay, oo ay ku jiraan dalalka aad booqatay.

Haddii aad kasoo laabatay meelaha caabuqu uu ka jiro, waa inaad dadka ka dhax baxdaa mudo 14 maalmood ah. Waxaa dhici karta inuu ku asiibay 2019 coronavirus cusub intii aad halkaas joogtay oo markaa waxaad joogtaa guriga oo waxaad iska xadidaa xidhiidhka dadka kale si aad markaa uga hortagto inuu wixii intaa ka badan faafo xanuunku. Fadlan la xidhiidh qaybtaada caafimaadka shacabka deegaankaaga (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) wixii talo ah.

Haddii aad u baahato daawayn degdeg ah waa inaad la hadashaa 911 oo aad markaa sheegtaa meesha aad tagtey iyo calaamadahaaga.

Sidee ayuu fayrasku u faafaa?

Coronaviruses waxa marka kowaad iskugu gudbin kara dadka marka ay isku soo dhawaadaan, tusaale ahaan, guriga, goobta shaca ama xarunta daryeelka caafimaadka.

Sidee ayaan iskaga ilaalin karaa 2019 coronavirus cusub?

Malaha talaal la iskaga ilaaliyo 2019 coronavirus cusub.

Waxaa jira talaabooyin maalin kasta la qaadi karo oo markaa kaa caawin kara in aanu faafin jeermisku kaas oo markaa xanuunka neefsiga keenaya. Waxa aad qaadaa

¹ Fadlan waxaad ka eegtaa [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus) wixii aaga iminka uu caabuqu ka jiro ah.

talaabooyinka maalin kasta aad qaadayso si markaa aad iskaga ilaaliso in uu jeermisku kusoo gaadho oo waxa aad ilaalisaa caafimaadkaaga:

- gacmaha ku maydh badanaa saabuun iyo biyo ama gacmo maydhaha alkahoosha leh
- waxa aad ku qufacdaa oo aad ku hindhistaa suxulkaaga guhisiia
- iska ilaali inaad taabato indhahaaga, sankaa ama afkaaga
- iska ilaali in aad u dhawaato dadka xanuunasanaya
- gurigaaga joog haddii aad xanuunsanayso

Haddii aad u socdaasho meel lagu yaqaan coronavirus, iska ilaali:

- aagagga aadka u khatarta badan sida suuqa dalaga beeraha, xoolaha nool iyo aagagga xoolaha lagu qalo
- u dhawaanshaha xoolaha (kuwa nool ama dhintay), oo ay ku jiraan doofaarka, digaagga, xuur badeedda, iyo shimbiraha duurka
- meelaha saxarada xayawaanku taalo ama ay ku saxarooddeen

Ma la iga dawayn akraa 2019 coronavirus cusub?

Ma jirto wax dawo gaar ah oo uu leeyahay coronavirus, ma jiro talaal aad kaga hortagi karto coronavirus. Dad badan oo markaa qaba coronavirus-ka bilaa aadanku iskood ayay iskaga bogsan karaan.

Waa inaad:

- cabtaa cabitaan badan
- aad nasataa oo aad hurdo fiican heshaa ilaa intiimacquul ah
- isku dayhawo nadiifiyaha ama tuush kulul si uu kaaga caawiyo cunada bararka ama qufaca

Sidee ayay wax noqonayaan haddii aad xanuun dareemo inta aad socdaalayo ama marka aan soo noqdo?

Haddii aad xanuunsato inta aad socdaalayso ama marka aad soo noqoto kadib, waxaad iska ilaalisaa inaad dadka kale isasoo gaadhaan oo waxaad kala hadashaa Telehealth Ontario 1-866-797-0000 ama la xidhiidh qaybta caafimaadka shacabka deegaankaaga

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). U sheeg:

- xanuunkaaga
- halka aad qabatay ama aad degan tahay
- haddii aad isasoo gaadheen xayawaan (tusaale ahaan, aad booqatay suuqa xoolaha) ama aad isku dhawaateen qof xanuunsanaya

Haddii aad xanuunsanatay intii aad kusoo jirtay diyaarada Canada ama markii aad soo gaadhay waxaad u sheegtaa shaqaalaha diyaarada ama saraakiisha adeegyada xuduuda Canada.

Wax badan ka ogow talooyinka socdaalka ee la xidhiidha 2019 coronavirus cusub travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china.

Maxay tahay in aan sameeyo haddii aan ka shakiyo in aan qabo fayraska?

Haddii aad isku aragto calaamadaha 2019 coronavirus cusub, kala hadal Telehealth Ontario wixii talo caafimaad ah 1-866-797-0000 ama la xidhiidh qaybta caafimaadka shacabka deegaankaaga (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

Waxa aad u sheegtaa calaamadahaaga iyo meesha aad u socdaashay, oo ay ku jiraan dalalka aad booqatay.

Haddii aad u baahato daawayn degdeg ah la hadashaa 911 oo aad markaa sheegtaa meesha aad tagtey iyo calaamadahaaga.

Ministerio de Salud

Nuevo coronavirus de 2019 (COVID-19)

El 31 de diciembre de 2019, las autoridades sanitarias en Wuhan, China, notificaron casos de una neumonía viral sin diagnóstico. Se confirmó que la causa era un nuevo coronavirus, conocido como el nuevo coronavirus de 2019 o COVID-19, que no se había identificado antes en seres humanos.

¿Qué es el nuevo coronavirus de 2019 (COVID-19)?

Los coronavirus son una gran familia de virus que pueden provocar enfermedades, desde un resfriado común hasta infecciones respiratorias más graves, como la bronquitis, la neumonía o el síndrome respiratorio agudo y grave (SARS, por sus siglas en inglés).

El nuevo coronavirus de 2019 (COVID-19) provoca una infección respiratoria que se originó en la provincia de Hubei (Wuhan), China.

El primer caso presunto de esta infección en Ontario se identificó el 25 de enero de 2020.

Para obtener más información acerca del nuevo coronavirus de 2019, visite [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus).

¿Cuáles son los síntomas?

Incluye desde síntomas leves —como la gripe y otras infecciones respiratorias comunes— hasta otros graves, que pueden incluir lo siguiente:

- fiebre;
- tos;
- dificultad para respirar.

Las complicaciones del nuevo coronavirus de 2019 pueden incluir afecciones graves, como la neumonía o insuficiencia renal y, en algunos casos, la muerte.

Si siente síntomas peores que un resfrío común (por ejemplo, fiebre, tos o dificultades para respirar) **y** ha viajado a una zonaá afectada dentro de los 14 días desde la aparición de los síntomas, llame a Telehealth Ontario al 1-866-797-0000 o póngase en contacto con su oficina local de la unidad de salud pública (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). No olvide mencionar sus síntomas y su historial de viajes, incluidos los países que ha visitado.

Si regresa de un área afectada, es posible que deba aislarse durante 14 días. Puede que se haya expuesto al nuevo coronavirus de 2019 durante su viaje y quedarse en casa, así como evitar el contacto con los demás, puede ayudar a evitar que se siga propagando. Contacte a su unidad de salud pública (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) para obtener asesoramiento.

Si necesita atención médica inmediata, llame al 911 y mencione su historial de viajes y sus síntomas.

¿Cómo se propaga el virus?

Los coronavirus se propagan principalmente de una persona a otra a través del contacto directo, por ejemplo, en un hogar, lugar de trabajo o centro de salud.

¿Cómo puedo protegerme contra el nuevo coronavirus de 2019?

No se encuentra disponible una vacuna para protegerse contra el nuevo coronavirus de 2019.

Hay medidas diarias que pueden ayudar a prevenir la propagación de los gérmenes que provocan las enfermedades respiratorias. Adopte estas medidas todos los días para reducir la exposición al virus y proteger su salud:

- lávese las manos frecuentemente con agua y jabón o con jabón antiséptico a base de alcohol;
- estornude y tosa en la manga;
- evite tocarse los ojos, la nariz o la boca;
- evite el contacto con personas enfermas;
- permanezca en su casa si está enfermo(a).

Si va a viajar a una zona donde se sabe que hay casos de coronavirus, asegúrese de evitar lo siguiente:

- zonas de alto riesgo como granjas, mercados de animales vivos y zonas donde es posible que sacrifiquen animales;
- contacto con animales (vivos o muertos), entre ellos cerdos, pollos, patos y aves silvestres;
- superficies con excremento o secreciones de animales.

¿Puedo recibir tratamiento para el nuevo coronavirus de 2019?

No existen tratamientos específicos para los coronavirus, ni existe una vacuna que proteja contra los coronavirus. La mayoría de las personas con enfermedades humanas comunes de coronavirus se recuperan sin tratamiento.

Debe hacer lo siguiente:

- beber líquidos en abundancia;
- descansar y dormir tanto como sea posible;
- probar un humidificador o una ducha caliente para aliviar el dolor de garganta o la tos.

¿Qué pasa si me siento mal durante el viaje o después de regresar?

Si se enferma mientras viaja o después de regresar, evite el contacto con otras personas y llame a Telehealth Ontario al 1-866-797-0000 o póngase en contacto con su oficina local de la unidad de salud pública

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Dígales lo siguiente:

- sus síntomas;
- dónde ha estado de viaje o viviendo;
- si ha tenido contacto directo con animales (por ejemplo, visitó un mercado de animales vivos) o en contacto cercano con una persona enferma.

Si se siente mal durante su vuelo a Canadá o a su llegada, informe al respecto a la azafata o a un funcionario de Servicios Fronterizos de Canadá.

Obtenga información acerca de las advertencias de viaje relacionadas con el nuevo coronavirus de 2019 en travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china.

¿Qué debo hacer si me parece que tengo el virus?

Si desarrolla síntomas del nuevo coronavirus de 2019, llame a Telehealth Ontario para obtener asesoramiento médico al 1-866-797-0000 o póngase en contacto con su oficina local de la unidad de salud pública

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

No olvide mencionar sus síntomas y su historial de viajes, incluidos los países que ha visitado.

Si necesita atención médica inmediata, llame al 911 y mencione su historial de viajes y sus síntomas.

2019 ▷^υ ρ dP_α L^υJ^υ (COVID-19)

◀. ▽ σ b' Lb ◀. ◀ 2019 ▷^υ ρ ρ_α L^υ J^υ (COVID-19).

ᐱᐃᓂᖅ ᐸᑦᕈᖅ ᕈ ᐅᑦᐅ ᐸᐸᐸ ᐱᐃᓂᖅ ᐅ ᐸᐃᐃᐸᐸᐸ ᐅ ᐅᑦᕈ ᓂᐱᓂᐸᐸᐸ, 2019 ᐅᖅᕈ ᐃ
ᕈᐱ ᐱᐃᓂᖅ COVID-19).ᐅ ᐃᓂᓂᐅᑦᕐᕐ

පළාත් ආරක්ෂණය සඳහා වන ප්‍රතිපත්ති [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus).

60CLP▷₀σ•◁_x

Δn' pr ΔdLRCσ·Δ·α CΛ^υd- ΔΔΔ

- [illegible]

$\Delta\sigma \cdot \Delta b \Gamma d^{\backslash} \quad PNC \cdot \Delta\sigma^{\backslash}$ (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/localizations.aspx).

$\rho \Delta \mathcal{U} \mathcal{L}^3_x$

4 $\rho \mathcal{S} b^\circ_x$

ᐱᐃᓂᓄᓇᓂᓪ ᐱᐃᓂᓄᓇᓂᓪ ᑲᐅᐅᓂᓄᓇᓂᓪ ᐱᐃᓂᓄᓇᓂᓪ (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

$$\langle \langle \Delta \rangle U_7^{\text{p}} \cdot \Delta CL \cdot \Delta' \quad b \quad \Delta CL \Gamma \triangleright \cdot \triangleleft'_x$$

CU ·∇r Δσ⁹<σ' Δ·Δ L³J^u_x

Гд\, б^C

Λd ʘdΔ•∇bΓd_x

ԸՄ 9 ՇԼ՝ 76 ԲԻՈՇ՝ 4.4 2019 ըսբ ժԲԼ Լ
 ԵԵ_x

[illegible]

¹▷C ΔCΛ PΓ P⁹σCL⁰ b ΔS ΔC' ◀◀ L⁰J⁰ ontario.ca/coronavirus

$$\tau\tau\sigma\cdot\triangleleft_x$$

ጋር ልዩ ርዕስ ስላለው ምሳሌ ለጋራ ማግኘት ይቻላል፡፡

- b
- ³

$\rho_5^{\wedge} \wedge^{\vee} \leq \leq \sigma \cdot \Delta \circ$ b $\Delta \mathcal{F}$ $\Delta \mathcal{C}'$ $\Delta \cdot \Delta$ $L^{\vee} J^{\vee}$, b $\cdot \Delta \mathfrak{a}$ $\Delta \mathcal{U}$

- ՝ Ե ԱԼՈՐԻ՝ ՎՃԵՅՏ՝, Ե ՃՏ ՏՎՃՐ՝ ՎՃԵՅՏ՝

$$J^u_x$$

$\mathbb{Q} \subset \mathbb{R} \subset \mathbb{C} \subset \mathbb{H} \subset \mathbb{O} \subset \mathbb{S} \subset \mathbb{F}_4 \subset \mathbb{C} \subset \mathbb{H} \subset \mathbb{O} \subset \mathbb{S} \subset \mathbb{F}_4$

$\Delta U_{\sigma-C \cdot b^3} \triangleright_L \rho r \supset CL^3 \nabla$

- $\cdot b_7^{\wedge} \triangleleft \cdot \circ \wedge \circ^{\wedge} \subset \cdot b_7^{\wedge} \sigma < \nabla \mathcal{S} \text{ e } \Delta < \sigma b_7^{\vee}$

$\rho \cdot \nabla \cdot \mathbf{u} = 0$

Kagawaran ng Kalusugan

2019 novel coronavirus (COVID-19)

Noong Disyembre 31, 2019, naiulat ng mga awtoridad ng kalusugan sa Wuhan, China ang mga kaso ng hindi nasuring pulmonya na sanhi ng virus. Nakumpirma na ang nagdulot nito ay bagong coronavirus, kilala bilang 2019 novel coronavirus o COVID-19, na hindi natukoy dati sa mga tao.

Ano ang 2019 novel coronavirus (COVID-19)?

Ang mga coronavirus ay malaking pamilya ng mga virus na maaaring magdulot ng mga sakit mula sa karaniwang sipon hanggang sa mas malalang impeksiyon sa baga tulad ng bronchitis, pulmonya o malubhang sakit sa paghinga (severe acute respiratory syndrome, SARS).

Ang 2019 novel coronavirus (COVID-19) ay nagdudulot ng impeksiyon sa baga na nagmula sa probinsiya ng Hubei (Wuhan), China.

Ang unang pinapalagay na kaso ng impeksiyong ito sa Ontario ay natukoy noong Enero 25, 2020.

Para malaman pa ang tungkol sa 2019 novel coronavirus, bumisita sa [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus).

Anu-ano ang mga sintomas?

Ang mga sintomas ay mula sa hindi masyadong malala – tulad ng trangkaso at iba pang karaniwang impeksiyon sa baga – hanggang sa malala, at maaaring kabilangan ng:

- lagnat
 - ubo
 - kahirapang huminga
-

Maaaring kasama sa mga kumplikasyon mula sa 2019 novel coronavirus ang malulubhang kundisyon, tulad ng pulmonya o pagpalya ng bato, at sa ilang mga kaso, kamatayan.

Kung ang iyong mga sintomas ay magiging mas malala sa karaniwang sipon (halimbawa, lagnat, ubo, kahirapang huminga) **at** naglakbay ka sa isang apektadong lugar¹ sa loob ng 14 na araw ng pagsisimula ng sintomas, tumawag sa Telehealth Ontario sa 1-866-797-0000 o makipag-ugnayan sa iyong lokal na pampublikong unit ng kalusugan

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Siguruhing sabihin ang iyong mga sintomas at ang iyong mga nakaraang paglalakbay, kasama ang mga bansang binisita mo.

Kung babalik ka mula sa apektadong lugar, maaaring kailanganin mong ihiwalay ang iyong sarili (self-isolate) nang 14 na araw. Maaaring nalantad ka sa 2019 novel coronavirus sa panahon ng iyong mga paglalakbay at ang pananatili sa tahanan at paglilimita ng kontak sa ibang tao ay maaaring makatulong sa pag-iwas ng higit pang pagkalat. Mangyaring makipag-ugnayan sa iyong lokal na pampublikong unit para sa kalusugan

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) para humingi ng payo.

Kung kailangan mong matingnan kaagad ng doktor, ikaw dapat ay tumawag sa 911 at sabihin ang iyong mga nakaraang paglalakbay at mga sintomas.

Paano kumakalat ang virus?

Karaniwang kumakalat ang mga coronavirus mula sa bawat tao sa pamamagitan ng malapit na kontak, halimbawa, sa isang sambahayan, trabaho o sentro ng pangangalagang pangkalusugan.

¹ Mangyaring tumingin sa Ontario.ca/coronavirus para sa mga kasalukuyang apektadong lugar.

Paano ko mapoprotektahan ang sarili ko laban sa 2019 novel coronavirus?

Walang bakuna upang magprotekta laban sa 2019 novel coronavirus.

Mayroong araw-araw na mga pagkilos na makakatulong para maiwasan ang pagkalat ng mikrobyo na nagdudulot ng mga sakit sa бага. Gawin ang araw-araw na mga hakbang na ito upang mabawasan ang pagkakalantad sa virus at protektahan ang iyong kalusugan:

- madalas na hugasan ang iyong mga kamay gamit ang sabon at tubig o sanitizer sa kamay na base sa alkohol
- bumahin at umubo sa iyong manggas
- iwasang hawakan ang iyong mga mata, ilong o bibig
- iwasan ang kontak sa mga taong may sakit
- manatili sa bahay kung ikaw ay may sakit

Kung ikaw ay maglalakbay sa isang lugar na kilalang may mga kaso ng coronavirus, siguruhing iwasan ang:

- mga lugar na mataas ang panganib tulad ng mga bukid, mga pamilihan ng buhay na hayop at mga lugar kung saan maaaring katayin ang mga hayop
- kontak sa mga hayop (buhay o patay), kabilang ang mga baboy, manok, pato at mga ligaw na ibon
- mga ibabaw na may mga dumi ng hayop o mga inilalabas sa mga ito

Maaari ba akong tumanggap ng paggamot para sa 2019 novel coronavirus?

Walang partikular na mga paggamot para sa mga coronavirus, at walang bakunang nagbibigay ng proteksyon laban sa mga coronavirus. Karamihan sa mga taong may karaniwang mga sakit na coronavirus sa tao ay kusang gagaling.

Ikaw dapat ay:

- uminom ng maraming likido
- magpahinga at matulog hangga't maaari
- subukan ang humidifier o mainit na shower upang tumulong sa masakit na lalamunan o ubo

Paano kung sumama ang pakiramdam ko habang naglalakbay o pagkatapos kong makabalik?

Kung magkakasakit ka habang naglalakbay ka o pagkatapos mong bumalik, iwasan ang kontak sa iba at tumawag sa Telehealth Ontario sa 1-866-797-0000 o makipag-ugnayan sa iyong lokal na pampublikong unit ng kalusugan (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Sabihin sa kanila:

- ang iyong mga sintomas
- kung saan ka naglakbay o nakatira
- kung nagkaroon ka ng direktang kontak sa mga hayop (halimbawa, bumisita sa pamilihan ng buhay na hayop) o malapit na kontak sa may sakit na tao

Kung sasama ang pakiramdam mo sa iyong flight papunta sa Canada o sa pagdating mo, sabihin sa flight attendant o sa Canadian border services officer.

Alamin ang tungkol sa mga payo sa paglalakbay na may kaugnayan sa 2019 novel coronavirus sa travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china.

Ano ang dapat kong gawin kung sa tingin kong may virus ako?

Kung magkakaroon ka ng mga sintomas ng 2019 novel coronavirus, tumawag sa Telehealth Ontario para sa medikal na payo sa 1-866-797-0000 o makipag-ugnayan sa iyong lokal na pampublikong unit ng kalusugan (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

Siguruhing sabihin ang iyong mga sintomas at ang iyong mga nakaraang paglalakbay, kasama ang mga bansang binisita mo.

Kung kailangan mong matingnan kaagad ng doktor, tumawag sa 911 at sabihin ang iyong mga nakaraang paglalakbay at mga sintomas.

சுகாதார அமைச்சகம்

2019 புதிய கொரோனாவைரஸ் (COVID-19)

டிசம்பர் 31, 2019 அன்று என்னவென்று கண்டறியமுடியாத நிமோனியா வைரஸ் காய்ச்சல் சீனாவில் இருக்கும் வுஹான் மாகாண சுகாதார அதிகாரிகளால் தெரிவிக்கப்பட்டது. அதன் காரணம் புதிய கொரோனாவைரஸ் தான் என்று உறுதிசெய்யப்பட்டது. இதை 2019 புதிய கொரோனாவைரஸ் அல்லது COVID-19 என்று அழைக்கின்றனர். இதுவரை மனித இனத்தில் இது கண்டறியப்படவில்லை.

2019 புதிய கொரோனாவைரஸ் (COVID-19) என்றால் என்ன?

கொரோனா வைரஸ்கள் என்பது வைரஸ்களின் ஒரு பெரிய குடும்பமாகும். இதுசாதாரண ஜலதோஷத்திலிருந்து மிகவும் கடுமையான நோய் தொற்றுகளான மூச்சுக்குழல் அழற்சி, நிமோனியா அல்லது கடுமையான சுவாச நோய்க்குறி (SARS) போன்ற நோய்களை ஏற்படுத்தும்.

சீனாவில் உள்ள ஹுபெய் (வுஹான்) பிராந்தியத்தில் முதலில் தோன்றிய 2019 புதிய கொரோனாவைரஸ் சுவாச தொற்றுநோய்களை ஏற்படுத்துகிறது.

ஒன்டாரியோவில் முழுமையாக உறுதிப்படுத்தப்படாத ஆனால் இருக்கும் என நம்பக்கூடிய வகையில் இந்த நோய்த்தொற்று முதலில் ஜனவரி 25, 2020 அன்று கண்டறியப்பட்டது.

2019 புதிய கொரோனாவைரஸைப் பற்றி மேலும் தெரிந்துகொள்ள [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus)--ஐப் பார்வையிடவும்.

இந்த நோய்க்கான அறிகுறிகள் என்ன?

இதன் அறிகுறிகள் மிதமான -காய்ச்சல் மற்றும் சாதாரண சுவாச தொற்றுகள் போன்றவற்றிலிருந்து - தீவிரமானவை வரை இருக்கும். இவற்றோடு பின்வருவனவும் இருக்கலாம்:

- காய்ச்சல்
- இருமல்
- மூச்சு விடுவதில் சிரமம்

2019 புதிய கொரோனாவைரஸ் மூலம் தீவிரமான சிக்கல்கள் ஏற்படலாம். அவற்றுள் நிமோனியா அல்லது சிறுநீரக செயலிழப்பு மேலும் சில சமயங்களில் இறப்பு கூட நேரிடும் வாய்ப்புகள் உள்ளன.

உங்களுடைய அறிகுறிகள் சாதாரண ஜலதோஷத்தை விட மோசமாக இருப்பதோடு (உதாரணமாக காய்ச்சல், இருமல், மூச்சு விடுவதில் சிரமம்) அறிகுறி தென்பட்ட ¹இந்த 14 நாட்களில் பாதிக்கப்பட்ட இடத்திற்கு நீங்கள் சென்றிருந்தால், Telehealth ஒன்டாரியோ-வை 1-866-797-0000 எண்ணில் அழைக்கவும் அல்லது உங்களின் உள்ளூர் பொது சுகாதாரப் பிரிவு (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)-ஐத் தொடர்பு கொள்ளவும். உங்களின் அறிகுறிகளையும், நீங்கள் சென்று வந்த நாடுகள் உட்பட உங்களின் பயண விவரங்களையும் குறிப்பிடுவதை உறுதிப்படுத்திக்கொள்ளவும்.

நீங்கள் பாதிக்கப்பட்ட இடத்திலிருந்து திரும்பி வந்திருந்தால் 14 நாட்களுக்கு உங்களை நீங்களே தனிமைப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். உங்கள் பயணங்களின் போது நீங்கள் 2019 புதிய கொரோனாவைரஸுக்கு ஆளாகியிருக்கலாம் மற்றும் வீட்டிலேயே தங்கி மற்றவர்களுடனான தொடர்பைக் கட்டுப்படுத்துவது மேலும் பரவுவதைத் தடுக்க உதவும். ஆலோசனைக்கு உங்கள் உள்ளூர் பொது சுகாதார பிரிவு

¹ தற்சமயம் பாதிக்கப்பட்ட இடங்களை அறிந்துகொள்ள Ontario.ca/coronavirus என்ற தளத்திற்கு செல்லுங்கள்.

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)-ஐத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

உங்களுக்கு உடனடி மருத்துவ உதவி தேவைப்பட்டால் 911 ஐ அழைத்து உங்கள் பயண வரலாறு மற்றும் அறிகுறிகளைக் குறிப்பிட வேண்டும்.

வைரஸ் எவ்வாறு பரவுகிறது?

கொரோனா வைரஸ்கள் முக்கியமாக ஒரு நபரிடமிருந்து மற்றொரு நபருக்கு நெருங்கிய தொடர்பு மூலம் பரவுகின்றன, எடுத்துக்காட்டாக, ஒரு வீடு, பணியிடம் அல்லது சுகாதார மையத்தில்.

2019 புதிய கொரோனா வைரஸிலிருந்து நான் என்னை எவ்வாறு பாதுகாக்க முடியும்?

2019 புதிய கொரோனா வைரஸிலிருந்து பாதுகாக்க எந்த தடுப்பூசியும் இல்லை.

சுவாச நோய்களை ஏற்படுத்தும் கிருமிகளைப் பரவாமல் தடுக்க உதவும் அன்றாட நடவடிக்கைகள் உள்ளன. வைரஸின் வெளிப்பாட்டைக் குறைக்கவும், உங்கள் ஆரோக்கியத்தைப் பாதுகாக்கவும் இந்த அன்றாட நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ளுங்கள்:

- சோப்பு மற்றும் தண்ணீர் அல்லது ஆல்கஹால் சேர்த்த கை சுத்திகரிப்பு மூலம் உங்கள் கைகளை அடிக்கடி கழுவ வேண்டும்
- உங்கள் கைகளிலேயே தும்மவும் மற்றும் இரும்பவும்
- உங்கள் கண்கள், மூக்கு அல்லது வாயைத் தொடுவதைத் தவிர்க்கவும்
- நோய்வாய்ப்பட்டவர்களுடன் தொடர்பு கொள்வதைத் தவிர்க்கவும்
- நீங்கள் நோய்வாய்ப்பட்டிருந்தால் வீட்டிலேயே இருக்கவும்

கொரோனா வைரஸ் நோய்கள் இருப்பதாக அறியப்பட்ட பகுதிக்கு நீங்கள் பயணம் செய்கிறீர்கள் என்றால், பின்வருவனவற்றைத் தவிர்ப்பதை உறுதிப்படுத்தவும்:

- பண்ணைகள், உயிருள்ள விலங்கு சந்தைகள் மற்றும் விலங்குகள் படுகொலை செய்யப்படக்கூடிய பகுதிகள் போன்ற அதிக ஆபத்துள்ள பகுதிகள்
- பன்றிகள், கோழிகள், வாத்துகள் மற்றும் காட்டு பறவைகள் உள்ளிட்ட விலங்குகளுடனான (உயிருடன் அல்லது இறந்த) தொடர்பு
- விலங்குகளின் கழிவுகள் அல்லது சுரப்புகளைக் கொண்ட மேற்பரப்புகள்

2019 புதிய கொரோனா வைரஸுக்கு நான் சிகிச்சைப் பெற முடியுமா?

கொரோனா வைரஸ்களுக்கு குறிப்பிட்ட சிகிச்சைகள் எதுவும் இல்லை, மேலும் கொரோனா வைரஸ்களிலிருந்து பாதுகாக்கும் தடுப்பூசியும் எதுவும் இல்லை. பொதுவான மனித கொரோனா வைரஸ் நோய்கள் உள்ள பெரும்பாலான மக்கள் தாங்களாகவே குணமடைவார்கள்.

நீங்கள் செய்ய வேண்டியது:

- அதிகப்படியான திரவங்களை குடிக்கவும்
- முடிந்தவரை ஓய்வெடுக்கவும் மற்றும் தூங்கவும்
- தொண்டை புண் அல்லது இருமலுக்கு உதவ ஈரப்பதமூட்டி அல்லது வெந்நீர் குளியலை முயற்சிக்கவும்

பயணம் செய்யும் போது அல்லது நான் திரும்பி வந்தபின் எனக்கு உடல்நிலை சரியில்லாமல் இருந்தால் என்ன செய்வது?

நீங்கள் பயணம் செய்யும் போது அல்லது நீங்கள் திரும்பி வந்தபின் நோய்வாய்ப்பட்டால், மற்றவர்களுடன் தொடர்பு கொள்வதைத் தவிர்த்து, Telehealth ஒன்டாரியோவை 1-866-797-0000 என்ற எண்ணில் அழைக்கவும் அல்லது உங்களின் உள்ளூர் பொது சுகாதாரப் பிரிவு (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)-ஐத் தொடர்பு கொள்ளவும். அவர்களிடம் பின்வருவனவற்றை சொல்லுங்கள்:

- உங்கள் அறிகுறிகள்
- நீங்கள் பயணம் செய்த அல்லது வாழ்கின்ற இடம்
- நீங்கள் விலங்குகளுடன் நேரடி தொடர்பு கொண்டிருந்திருந்தால் (எடுத்துக்காட்டாக, ஒரு உயிருள்ள விலங்கு சந்தையைப் பார்வையிட்டீர்கள்) அல்லது நோய்வாய்ப்பட்ட நபருடன் நெருங்கிய தொடர்பு வைத்திருந்தால்

கனடாவுக்குச் செல்லும் போது அல்லது வந்தவுடன் உங்களுக்கு உடல்நிலை சரியில்லை எனில், விமான உதவியாளர் அல்லது கனேடிய எல்லை சேவை அதிகாரியிடம் தெரிவிக்கவும்.

2019 புதிய கொரோனா வைரஸ் தொடர்பான பயண ஆலோசனைகளைப் பற்றி travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china-இல் அறியவும்.

எனக்கு வைரஸ் இருப்பதாக நினைத்தால் நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

2019 புதிய கொரோனா வைரஸின் அறிகுறிகளை நீங்கள் கொண்டிருந்தால், மருத்துவ ஆலோசனைக்காக டெலிஹெல்த் ஒன்டாரியோவை 1-866-797-0000 என்ற எண்ணில் அழைக்கவும் அல்லது உங்களின் உள்ளூர் பொது

சுகாதாரப் பிரிவு (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)-ஐத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

உங்களின் அறிகுறிகளையும், நீங்கள் சென்று வந்த நாடுகள் உட்பட உங்களின் பயண விவரங்களையும் குறிப்பிடுவதை உறுதிப்படுத்திக்கொள்ளவும்.

உங்களுக்கு உடனடி மருத்துவ உதவி தேவைப்பட்டால், 911 ஐ அழைத்து உங்கள் பயண வரலாறு மற்றும் அறிகுறிகளைக் குறிப்பிடவும்.

衛生廳

2019 年新型冠狀病毒 (COVID-19)

2019 年 12 月 31 日，中國武漢衛生部門報告了未確診的病毒性肺炎病例。病因被確認為一種新的冠狀病毒，被稱為 2019 年新型冠狀病毒或 COVID-19，此前尚未在人類中發現。

2019 年新型冠狀病毒 (COVID-19) 是什麼？

冠狀病毒是一族為數眾多的病毒，可導致從普通感冒到更嚴重的呼吸道感染，如支氣管炎、肺炎或嚴重急性呼吸系統綜合症 (SARS) 等疾病。

2019 年新型冠狀病毒 (COVID-19) 是引發一種源於中國河北省（武漢）的呼吸道感染的病因。

2020 年 1 月 25 日，安大略省發現了這種感染的首宗推定病例。

如需更多瞭解關於 2019 年新型冠狀病毒的資訊，請訪問 [Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus)。

有哪些症狀？

症狀從輕度（如流感和其他常見呼吸道感染）到重度不等，其中包括：

- 發熱
- 咳嗽
- 呼吸困難

2019 年新型冠狀病毒的併發症可能包括一些嚴重的疾病，如肺炎或腎衰竭，在某些情況下，還可能導致死亡。

如果您的症狀比普通感冒更嚴重（例如發燒、咳嗽、呼吸困難），且您在症狀首次出現前的 14 天內曾經到過疫區，則請撥打安省健康熱線 (Telehealth Ontario) 1-866-797-0000，或與您當地的公共衛生部門聯絡

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)。請一定要說明您的症狀和出行記錄，包括您去過哪些國家。

如果您是從疫區回來的，您可能需要自行隔離 14 天。您可能曾在您的旅途中與 2019 年新冠狀病毒接觸，留在家中並限制與別人接觸有助於預防病毒進一步散播。請與您當地的公共衛生部門聯絡

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)

如果您需要立即就醫，請撥打 911 並說明您的出行記錄和症狀。

該病毒有哪些傳播途徑？

冠狀病毒主要通過密切接觸在人與人之間散播，例如在家中、工作場所中或醫療機構中散播。

如何保護自己，避免染上 2019 年新型冠狀病毒？

目前仍沒有疫苗可以抵禦 2019 年新型冠狀病毒。

一些良好的日常習慣有助於防止導致呼吸道疾病的細菌傳播。您可以每天採取以下步驟來減少病毒感染風險並保護自身健康：

- 經常用肥皂和水洗手或用含酒精的免洗洗手液
- 打噴嚏或咳嗽時用衣袖蓋住口鼻
- 不要用手觸摸眼睛、鼻子或嘴巴
- 避免與病人接觸
- 如果生病，請留在家中

如果要前往已有冠狀病毒病例出現的地區，一定要避免：

- 高風險的地方，如農場、買賣活動物的市場和可能用於屠宰動物的地方
- 接觸動物（無論是活的還是死的動物），包括豬、雞、鴨和野禽
- 有動物糞便或分泌物的表面

我是否可以得到針對 2019 年新型冠狀病毒的治療方法？

目前還沒有專門針對冠狀病毒的治療方法，也沒有預防冠狀病毒的疫苗。大多數患有常見人類冠狀病毒疾病的人都將會自行康復。

您應當：

- 大量飲水
- 盡量休息及睡眠
- 試用加濕器或熱水淋浴來緩解喉嚨痛或咳嗽

如果我在旅行途中或回來後感到不適，我該怎麼辦？

如果您在旅行途中或回來後生病，請避免與他人接觸，並撥打安省健康熱線 (Telehealth Ontario) 1-866-797-0000，或與您當地的公共衛生部門聯絡

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)。告知有關部門以下資訊：

- 您的症狀
- 您最近曾一直在哪些地方居住或旅行
- 您是否直接地接觸過動物（例如，到過活動物市場）或與病人有過密切接觸

如果您在飛往加拿大的航班上或抵達時感到不適，請告知乘務員或加拿大邊境服務官員。

如需瞭解與 2019 年新型冠狀病毒相關的旅行建議，請訪問

travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china。

如果我覺得自己感染了病毒，我該怎麼辦？

如果您出現 2019 年新型冠狀病毒的症狀，請撥打安省健康熱線 (Telehealth Ontario) 1-866-797-0000，或與您當地的公共衛生部門聯絡

(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx)。

請一定要說明您的症狀和出行記錄，包括您去過哪些國家。

如果您需要立即就醫，請撥打 911 並說明您的出行記錄和症狀。

2019 ناول کورونا وائرس (COVID-19)

31 دسمبر 2019 کو ووہان، چین میں صحت حکام کے ذریعہ ایک غیر تشخیص شدہ وائرل نمونہ کے معاملات کی رپورٹ کی گئی تھی۔ وجہ 2019 ناول کورونا وائرس یا COVID-19 کے نام سے معروف نئے کورونا وائرس ہونے کی تصدیق ہوئی تھی، جس کی شناخت اس سے قبل انسانوں میں نہیں ہوئی تھی۔

2019 ناول کورونا وائرس (COVID-19) کیا ہے؟

کورونا وائرس ان وائرسوں کا ایک بڑا قبیلہ ہے جو عمومی سردی سے لے کر مزید سنگین تنفسی انفیکشنز جیسے سعال، نمونہ یا کافی شدید تنفسی سنڈروم (severe acute respiratory syndrome, SARS) تک وسیع پیمانے کی بیماریوں کا سبب بن سکتے ہیں۔

2019 ناول کورونا وائرس (COVID-19) کی وجہ سے ایک تنفسی انفیکشن ہوتا ہے جس کی ابتدا بوبیٹی صوبہ (ووہان)، چین میں ہوئی۔

اونٹاریو میں اس انفیکشن کے پہلے قیاسی معاملے کی شناخت 25 جنوری 2020 کو ہوئی تھی۔

2019 ناول کورونا وائرس کے بارے میں مزید جاننے کے لیے، Ontario.ca/coronavirus ملاحظہ کریں۔

علامات کیا ہیں؟

علامات کا دائرہ معمولی – جیسے فلو اور دیگر عمومی تنفسی انفیکشنز – سے لے کر شدید تک ہے اور اس میں شامل ہو سکتے ہیں:

- بخار
- کھانسی
- سانس لینے میں پریشانی

2019 ناول کورونا وائرس سے ہونے والی پیچیدگیوں میں سنگین کیفیات، جیسے نمونہ یا گردے کی ناکامی شامل ہو سکتی ہیں، اور کچھ معاملات میں موت ہو سکتی ہے۔

اگر آپ کی علامات عمومی سردی (مثلاً، بخار، کھانسی، سانس لینے میں پریشانی) سے زیادہ بدتر معلوم پڑتی ہیں اور آپ نے علامات شروع ہونے سے 14 دنوں کے اندر متاثرہ علاقے¹ کا سفر کیا ہے تو ٹیلی ہیلتھ اونٹاریو کو 1-866-797-0000 پر کال کریں یا اپنی مقامی صحت عامہ یونٹ

¹ حالیہ متاثرہ علاقوں کے لیے براہ کرم Ontario.ca/coronavirus سے رجوع کریں۔

اپنی علامات اور اپنے سفر کی سرگزشت، بشمول جن ممالک کا آپ نے دورہ کیا ہے ان کا ذکر یقینی طور پر کریں۔
(health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) سے رابطہ کریں۔

اگر آپ کسی متاثرہ علاقے سے واپس آتے ہیں تو آپ کو 14 دنوں تک خود کو الگ تھلگ کرنا پڑ سکتا ہے۔ ہو سکتا ہے کہ آپ اپنے سفر کے دوران 2019 ناول کورونا وائرس کی زد میں آ گئے ہوں اور گھر پر رہنے اور دوسروں کے ساتھ رابطہ محدود کرنے سے مزید پھیلاؤ کو روکنے میں مدد مل سکتی ہے۔ براہ کرم مدد کے لیے اپنی مقامی صحت عامہ یونٹ (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) سے رابطہ کریں۔

اگر آپ کو فوری طبی توجہ درکار ہو تو آپ کو چاہیے کہ 911 پر کال کریں اور اپنے سفر کی سرگزشت اور علامات کا ذکر کریں۔

وائرس کس طرح پھیلتا ہے؟

کورونا وائرس ایک فرد سے دوسرے فرد کو قریبی رابطے کے ذریعے، مثلاً، گھرانے میں، جائے کار میں یا نگہداشت صحت کے مراکز میں پھیلتے ہیں۔

میں 2019 ناول کورونا وائرس سے خود کا تحفظ کس طرح کر سکتا ہوں؟

2019 ناول کورونا وائرس سے تحفظ کے لیے کوئی ٹیکہ دستیاب نہیں ہے۔

روزمرہ کے ایسے اعمال موجود ہیں جو تنفسی بیماریوں کا سبب بننے والے جراثیم کو پھیلنے سے روکنے میں مدد کر سکتے ہیں۔ وائرس کی زد میں آنے کو کم کرنے اور اپنی صحت کا تحفظ کرنے کے لیے روزمرہ کے یہ اقدامات اختیار کریں:

- اپنے ہاتھوں کو بار بار صابن اور پانی یا الکحل پر مبنی دست صفا سے دھوئیں
- اپنے بازو میں چھینکیں یا کھانسیں
- اپنی آنکھوں، ناک یا منہ کو چھونے سے پرہیز کریں
- بیمار لوگوں کے ساتھ رابطے سے پرہیز کریں
- اگر آپ بیمار ہوں تو گھر پر رہیں

اگر آپ ایسے علاقے کا سفر کر رہے ہیں جہاں کورونا وائرس کے معاملات ہونے کا علم ہے تو ان چیزوں سے پرہیز کرنے کو یقینی بنائیں:

- زیادہ خطرے والے علاقے جیسے فارم، زندہ حیوانات کے بازار اور وہ علاقے جہاں حیوانات کو ذبح کیا جا سکتا ہے
- حیوانات (زندہ یا مردہ)، بشمول سور، مرغ، بطخ اور جنگلی پرندوں کے ساتھ رابطہ
- ایسی سطحیں جن پر حیوانات کی بیٹ ہو یا ان پر رطوبت موجود ہو

کیا میں 2019 ناول کورونا وائرس کا علاج موصول کر سکتا ہوں؟

کورونا وائرسوں کے لیے کوئی خاص علاج نہیں ہے اور کورونا وائرسوں سے تحفظ کرنے والا کوئی ٹیکہ نہیں ہے۔ عمومی انسانی کورونا وائرس کی بیماری میں مبتلا بیشتر افراد خود ہی صحت یاب ہوں گے۔

آپ کو یہ بھی کرنا چاہیے:

- خوب مائع پینیں
- جتنا زیادہ ممکن ہو آرام کریں اور سوئیں
- گلے کی خراش یا کھانسی میں مدد کے لیے ہومیڈیفائر یا گرم شاور لینے کی کوشش کریں

اگر میں سفر کے دوران یا واپس آنے کے بعد بیمار محسوس کرتا ہوں تو کیا ہوگا؟

اگر آپ سفر کرنے کے دوران یا اپنی واپسی کے بعد بیمار ہو جاتے ہیں تو دوسروں کے ساتھ رابطے سے پرہیز کریں اور ٹیلی ہیلتھ اونٹاریو کو 1-866-797-0000 پر کال کریں یا اپنی مقامی صحت عامہ یونٹ (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) سے رابطہ کریں۔ انہیں بتائیں:

- اپنی علامات
- آپ نے جہاں کا سفر کیا ہے یا جہاں رہے ہیں
- آیا حیوانات کے ساتھ آپ کا براہ راست رابطہ رہا تھا (مثلاً، زندہ حیوانات کے بازار میں گئے تھے) یا بیمار فرد کے ساتھ قریبی رابطہ رہا تھا

اگر کینیڈا کے لیے اپنی پرواز کے دوران یا پہنچنے پر آپ بیمار محسوس کرتے ہیں تو پرواز کے خدمتگار یا کینیڈین بارڈر سروسز کے افسر کو مطلع کریں۔

2019 ناول کورونا وائرس سے متعلق سفر سے متعلق ایڈوائزز کے بارے میں travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china پر جانیں۔

اگر میرا خیال ہے کہ مجھے وائرس ہے تو مجھے کیا کرنا چاہیے؟

اگر آپ میں 2019 ناول کورونا وائرس کی علامات پیدا ہوتی ہیں تو طبی مشورے کے لیے 1-866-797-0000 پر ٹیلی ہیلتھ اونٹاریو کو کال کریں یا اپنی مقامی صحت عامہ یونٹ (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx) سے رابطہ کریں۔

اپنی علامات اور اپنے سفر کی سرگزشت، بشمول جن ممالک کا آپ نے دورہ کیا ہے ان کا ذکر یقینی طور پر کریں۔

اگر آپ کو فوری طبی توجہ درکار ہو تو 911 پر کال کریں اور اپنے سفر کی سرگزشت اور علامات کا ذکر کریں۔

Bộ Y Tế

Vi-rút corona mới 2019 (COVID-19)

Vào ngày 31 tháng Mười Hai năm 2019, các ca bệnh của sự viêm phổi do vi-rút chưa được chẩn đoán đã được các cấp chính quyền y tế tại Vũ Hán (Wuhan), Trung Hoa báo cáo. Nguyên nhân đã được xác nhận là do một vi-rút corona mới, được gọi là vi-rút corona mới 2019 hoặc COVID-19, mà trước đây đã chưa được nhận dạng có ở người.

Vi-rút corona mới 2019 (COVID-19) là gì?

Các vi-rút corona là một nhóm lớn dòng họ các vi-rút có thể gây bệnh, từ bệnh cảm lạnh thông thường đến các bệnh nhiễm trùng hô hấp nghiêm trọng hơn như viêm phế quản, viêm phổi hoặc hội chứng hô hấp cấp tính nghiêm trọng (SARS).

Vi-rút corona mới 2019 (COVID-19) gây một sự nhiễm trùng đường hô hấp có xuất xứ từ tỉnh Hồ Bắc Vũ Hán (Wuhan), Trung Hoa.

Trường hợp giả định đầu tiên của sự lây nhiễm này tại Ontario đã được nhận dạng vào ngày 25 tháng Một năm 2020.

Để tìm hiểu thêm về vi-rút corona mới 2019, xin viếng trang mạng

[Ontario.ca/coronavirus](https://ontario.ca/coronavirus)

Các triệu chứng là gì?

Các triệu chứng là từ nhẹ - giống như bị cúm và bị các sự nhiễm trùng đường hô hấp phổ biến khác - đến nghiêm trọng, và có thể bao gồm:

- sốt
- ho
- khó thở

Các biến chứng do nhiễm vi-rút corona mới 2019 có thể bao gồm các tình trạng nghiêm trọng như viêm phổi hoặc suy thận, và trong một số trường hợp, tử vong.

Nếu các triệu chứng của quý vị cảm thấy nặng hơn so với bị cảm lạnh thông thường (ví dụ sốt, ho, khó thở) **và** quý vị đã du lịch đến một khu vực bị ảnh hưởng bởi bệnh ¹ trong vòng 14 ngày của sự bắt đầu có các triệu chứng, hãy gọi Telehealth Ontario ở số 1-866-797-0000 hoặc liên lạc với đơn vị y tế công cộng tại địa phương quý vị (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Hãy chắc chắn nhớ báo các triệu chứng và quá trình du lịch của quý vị, kể cả các quốc gia quý vị đã viếng thăm.

Nếu quý vị trở về từ một khu vực bị ảnh hưởng bởi bệnh, quý vị có thể cần phải tự cách ly trong 14 ngày. Quý vị có thể đã có tiếp xúc với vi-rút corona mới 2019 trong các chuyến đi của mình và ở nhà cũng như giới hạn tiếp xúc với những người khác có thể giúp ngăn ngừa sự lây lan thêm nữa. Xin vui lòng liên lạc với đơn vị y tế công cộng tại địa phương quý vị để được cho lời khuyên (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

Nếu quý vị cần phải được chăm sóc y khoa ngay lập tức, quý vị nên gọi 911 và cho biết quá trình du lịch của quý vị và các triệu chứng.

Vi-rút lây lan như thế nào?

Các vi-rút corona chủ yếu lây từ người sang người thông qua sự tiếp xúc gần gũi, ví dụ như trong gia đình, tại nơi làm việc hoặc tại trung tâm chăm sóc sức khỏe.

Làm thế nào để tôi có thể tự bảo vệ mình chống lại vi-rút corona mới 2019?

Hiện chưa có vắc-xin để bảo vệ chống lại vi-rút corona mới 2019.

¹ Xin tham khảo trang mạng Ontario.ca/coronavirus để biết các khu vực hiện đang bị ảnh hưởng bởi bệnh.

Có những việc làm hàng ngày có thể giúp ngăn ngừa sự lây lan của vi trùng gây các bệnh đường hô hấp. Hãy làm các bước này hàng ngày để giảm thiểu sự tiếp xúc với vi-rút và để bảo vệ sức khỏe của quý vị:

- rửa tay thường xuyên với xà phòng và nước hoặc thuốc rửa tay có chất cồn
- nháy mũi và ho vào ống tay áo của quý vị
- tránh chạm tay vào mắt, mũi hoặc miệng của quý vị
- tránh tiếp xúc với những người bị bệnh
- ở nhà nếu quý vị bị bệnh

Nếu quý vị du lịch đến một nơi được biết có các ca nhiễm vi-rút corona, hãy chắc chắn tránh:

- các khu vực có nhiều rủi ro chẳng hạn như các nông trại, các chợ bán thú vật sống và những nơi mà thú vật có thể bị giết mổ
- tiếp xúc với thú vật (còn sống hay đã chết), kể cả heo, gà, vịt và các loài chim hoang dã
- các bề mặt có dính phân hoặc chất thải của chúng trên đó

Tôi có thể nhận được sự điều trị cho vi-rút corona mới 2019 hay không?

Không có các sự điều trị cụ thể nào cho các vi-rút corona, và không có vắc-xin để bảo vệ chống lại các vi-rút corona. Hầu hết những người bị các bệnh do nhiễm vi-rút corona loại thông thường ở người sẽ tự mình khỏi bệnh.

Quý vị nên:

- uống nhiều nước
- nghỉ ngơi và ngủ càng nhiều càng tốt
- thử dùng máy giữ ẩm không khí hoặc tắm nước nóng để giúp bớt bị đau cổ họng hoặc ho

Nếu tôi cảm thấy nhiễm bệnh trong lúc đang du lịch hoặc sau khi trở về thì sao?

Nếu quý vị bị bệnh trong lúc đang du lịch hoặc sau khi trở về, tránh tiếp xúc với những người khác và gọi Telehealth Ontario ở số 1-866-797-0000 hoặc liên lạc với đơn vị y tế công cộng tại địa phương quý vị (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx). Hãy báo cho họ:

- các triệu chứng của quý vị
- những nơi quý vị đã du lịch đến hoặc đã sống tại đó
- nếu quý vị đã trực tiếp có tiếp xúc với thú vật (ví dụ như đã viếng một chợ bán thú vật sống) hoặc tiếp xúc gần gũi với một người bị bệnh

Nếu quý vị cảm thấy bị bệnh trong lúc đang trong chuyến bay đến Canada hoặc khi đến nơi, hãy báo cho tiếp viên hàng không hoặc viên chức dịch vụ biên phòng Canada.

Hãy tìm hiểu về các thông báo tư vấn du lịch liên quan đến vi-rút corona mới 2019 tại trang mạng travel.gc.ca/travelling/advisories/pneumonia-china.

Tôi phải làm gì nếu tôi nghĩ mình có vi-rút?

Nếu quý vị bị các triệu chứng của vi-rút corona mới 2019, hãy gọi Telehealth Ontario ở số 1-866-797-0000 hoặc đơn vị y tế công cộng tại địa phương quý vị để được cho lời khuyên y khoa (health.gov.on.ca/en/common/system/services/phu/locations.aspx).

Hãy chắc chắn nhớ báo các triệu chứng và quá trình du lịch của quý vị, kể cả các quốc gia quý vị đã viếng thăm.

Nếu quý vị cần được giúp đỡ y khoa ngay lập tức, hãy gọi 911 và cho biết quá trình du lịch của quý vị và các triệu chứng.